**Do grillowania… Gotowi... Start!**

***Wreszcie nadeszła długo oczekiwania wiosna… Dni są cieplejsze, zieleni się wokół, a to zachęca do spędzania czasu na zewnątrz. Można robić to na wiele sposobów, jednym z najbardziej lubianych jest grill w gronie przyjaciół i znajomych. Mamy dla was kilka kulinarnych porad, z którymi warto zapoznać się zanim postanowicie upiec coś na ruszcie.***

**Co na grilla?**

Grillować można prawie wszystko, ale oczywiście są produkty mniej i bardziej popularne. Bez wątpienia najczęściej na ruszcie kładziemy kiełbasy, różne rodzaje mięsa oraz warzywa.

**Kiełbasa**

To idealna wędlina na grilla. Nie każdy jej rodzaj pieczemy jednak w ten sam sposób. Te wędzone po prostu kładziemy na ruszcie, wcześniej delikatnie nacinając. Trochę inaczej powinniśmy postąpić z kiełbasami surowymi (np. białą) – przed pieczeniem dobrze jest sparzyć je przez 5-10 minut we wrzątku.

- Nie kupujmy na grilla kiełbas bardzo tłustych i bardzo chudych – mówi Anna Burak z firmy Dobrowolscy. - Te pierwsze pękają, gdy wypływa z nich tłuszcz, te drugie natomiast łatwo wysychają. Typowym wyborem są kiełbasy śląska i podwawelska. Miłośnikom delikatnego smaku polecamy Kiełbaski białe lub Kiełbaski z piersi kurczaka marki Dobrowolscy. Wyrazisty aromat uzyskamy, przyrządzając na ruszcie produkty wędzone na drewnie bukowym z linii Tradycyjnie Wędzone, np. Kiełbasę głogowską czy Paluszki wadowickie z szynki.

Kiełbasy można piec bezpośrednio na ruszcie, ale korzystniej ułożyć je na aluminiowej tackach – nie będą spalone, a tłuszcz nie będzie skapywał do ognia. Przygotowując porcje, pamiętajmy o tym, aby miały podobną wielkość, dzięki czemu upieką się mniej więcej w tym samym czasie. Smak grillowanej kiełbasy doskonale poprawiają też marynaty (np. piwna z czosnkiem, ziarnami pieprzu i jałowca), glazury i pasty (np. z musztardy, soli i przypraw). Można nimi natrzeć wędlinę, a stanie się bardziej aromatyczna i chrupiąca. Doskonałym pomysłem jest też owinięcie kiełbasy plasterkami bekonu.

**Mięso**

Przygotowując na grillu mięso, przede wszystkim powinniśmy pamiętać o właściwej, odpowiednio wysokiej temperaturze. Befsztyki, szaszłyki, polędwiczki, kotlety i żeberka pieczemy nad gorącym żarem, układając je blisko środka grilla. Dopiero kiedy się przypieką, przesuwamy je na obrzeża, gdzie temperatura jest niższa. Najdłużej piecze się żeberka – na duże kawałki trzeba przeznaczyć nawet godzinę. Plastry polędwicy i niezbyt duże kotlety potrzebują ok. 6-8 minut z każdej strony, a szaszłyki 5-7 minut. Szacunkowe temperatury pieczenia to w przypadku drobiu 70-74oC, w przypadku wołowiny 55-63oC, a wieprzowiny ok. 63oC. Do grillowania nie używamy mrożonego mięsa. Dla nadania pięknego zapachu, można rzucić do paleniska świeże zioła np. rozmaryn, tymianek, lawendę, jałowiec, szałwię, korę cynamonu czy skorupy orzechów.

- Jeżeli nie mamy czasu na wcześniejsze przygotowanie mięsa, możemy skorzystać z oferty dań gotowych, które również możemy upiec na grillu – mówi Anna Burak z firmy Dobrowolscy. – Wykorzystując Klopsiki mięsne, Hamburgery mięsne, Roladki mięsne kebab lub Roladki mięsne z serem i pieczarkami marki Dobrowolscy, w kilka chwil przygotujemy na świeżym powietrzu smaczny i sycący posiłek. Wystarczy dobrać do nich ulubione dodatki.

**Warzywa**

Jeżeli chcemy zjeść smaczne grillowane warzywa warto je najpierw zamarynować, wtedy uzyskają lepszy aromat. Marynatę możemy przygotować z 2 ząbków czosnku, soku z cytryny, 3 łyżek posiekanych ziół (rozmaryn, natka pietruszki, oregano), 4 łyżek oliwy i szczypty pieprzu. Do zrobienia marynaty nie wykorzystujemy soli, ponieważ wtedy warzywa puszczą sok, co jest niekorzystne przy pieczeniu. W marynacie powinny postać ok. 30 minut w warunkach pokojowych, a w lodówce 2 godziny.

Niektóre warzywa przed grillowaniem dobrze jest obgotować – ziemniaki, marchew i kolby kukurydzy ok. 8-10 minut, a seler i czosnek 5-8 minut. Następnie pieczemy je 5-8 minut. Należy pamiętać, że czas przygotowywania surowych warzyw na grillu jest różny, np. papryka jest dobra, gdy ma prawie czarną skórkę, a czosnek ma kolor złotawy. Grillowanie warzyw powinno rozpoczynać się w wysokiej temperaturze na środku grilla, ponieważ zapobiega to zarówno wydostawaniu się soków, jak i wysychaniu.

**Szaszłyki**

Sprawdzonym i wygodnym sposobem przyrządzenia dań na grillu są szaszłyki, ponieważ dają możliwość stworzenia różnorodnego dania. Sprawdzą się w nich zarówno kawałki kiełbasy, mięsa, warzyw, a nawet tofu.

- Jeśli do szaszłyków będziemy wykorzystywać drewniane patyczki, powinniśmy namoczyć je najpierw w wodzie przez 25 minut, żeby to aby nie zapaliły się w czasie pieczenia – mówi Anna Burak. - Wygodnym rozwiązaniem jest też nadziewanie szaszłyka na dwa równoległe patyczki, bo dzięki temu łatwiej się go obraca.

Dobrowolscy to rodzinny zakład mięsny założony w 1990 roku przez Stanisława Dobrowolskiego i jego syna Adama, zlokalizowany w Wadowicach Górnych. Specjalizuje się w produkcji wysokiej jakości wędlin i dań gotowych zgodnie z mottem   
„Łączymy smakiem pokolenia”. Do produkcji wykorzystuje mięso pozyskiwane z tradycyjnego chowu. Od początku współpracuje z lokalnymi hodowcami, co łączy z dbałością o środowisko naturalne. Jest firmą ze 100% polskim kapitałem, która uzyskała liczne nagrody i wyróżnienia, m.in. Podkarpacką Nagrodę Gospodarczą i certyfikaty „Przedsiębiorstwo Fair Play” oraz „Solidna Firma”. [www.dobrowolscy.pl](http://www.dobrowolscy.pl/)