**Wiosenne grillowanie z olejem Rapso**

**Wiosna rozgościła się na dobre czas zatem, aby rozpocząć sezon spotkań na świeżym powietrzu. Soczyste mięso, zdrowe warzywa oraz smaczne sałatki potrzebują wyjątkowej oprawy. Idealnie sprawdzi się tutaj wysokogatunkowy olej Rapso stanowiący m.in. świetną podstawą do marynat, sosów, dipów i dressingów.**

**Pyszne i zdrowe grillowanie**

Wielu z nas z niecierpliwością czeka na otwarcie sezonu grillowego. Jego zapach nie ma sobie równych, a przygotowywane na nim potrawy smakują zawsze doskonale. Coraz częściej zwracamy uwagę na to, aby biesiadowanie przy grillu nie opierało się jedynie na tłustych czy ciężkostrawnych posiłkach. Zamiast nich wybieramy wartościowe, chude mięsa – z kurczaka czy ryb oraz sezonowe warzywa. Stałym elementem są również serwowane do nich pożywne, świeże sałatki. Smak wszystkich tych potraw wydobędzie odpowiednio przygotowana marynata lub ziołowe sosy sporządzone na bazie wysokiej jakości 100 % oleju rzepakowego marki Rapso. Jego wyjątkowość opiera się rzepaku pochodzącym z upraw wolnych od GMO, który następnie poddawany jest delikatnemu tłoczeniu bez dodatku środków chemicznych. Sprawia to, że olej Rapso uzyskuje wysoką temperaturę dymienia, dzięki czemu może być bezpiecznie używany zarówno do potraw zimnych, jak i gorących. Zawarte w rzepaku składniki odżywcze, jak choćby witamina E, gwarantują dania nie tylko smaczne, ale przede wszystkim pożywne i zdrowe. Olej rzepakowy marki Rapso wyróżnia także neutralny smak, który nie zaburza naturalnego smaku produktów. Z jego pomocą przygotujemy marynatę do mięsa, która nada mu soczystości, sporządzimy sos ziołowy do sałatki lub grillowanych warzywach.

**Przykładowe marynaty do mięs:**

**- Pierś z kurczaka**

Mieszamy 10 dag jogurtu naturalnego,2 duże pomidory bez skórki krojone w kostkę, 2 zmiażdżone ząbki czosnku, łyżkę oleju rzepakowego marki Rapso, łyżeczkę płynnego miodu, płaską łyżeczkę soli. Dosypujemy czarnego pieprzu. W misce umieszczamy pierś kurczaka, zalewamy ją marynatą i dobrze mieszamy. Miskę przykrywamy i wstawiamy do lodówki na kilka godzin.

**- Skrzydełka z kurczaka**

W dużej misce mieszamy 2 łyżki miodu wielokwiatowego, 3 łyżki octu winnego, pół szklanki soku pomidorowego i 2-3 łyżki oleju rzepakowego marki Rapso. Dodajemy drobno posiekane 3 ząbki czosnku, bazylię, chilli i sól. Kilogram skrzydełek kurczaka myjemy, osuszamy, wkładamy do marynaty. Dokładnie mieszamy, przykrywamy i wstawiamy na 3 godziny do lodówki.

**Olej marki Rapso**

Pojemność: 0, 75 ml

Cena brutto: 14,99 zł

Marka: Rapso

Producent: VOG Polska Sp. z o.o.