



“Gyors és egészséges vacsora? Amíg a grillen elkészül a hús, addig pont összedobhatod a zöldségeket egy királyöntettel!” - Rákóczi Feri -



facebook.com/bonduelle.hu
bonduelle.hu



A legszebb hazai tűzrakó helyek,
ahol élmény a grillezés



GRILL térkép 2021



Ráhczi Feri
ajánlásával

Kellemes grillezést kívánunk!

Grillezett halloumi citrusos csicseriborsós lencsés salátával

Hozzávalók (1 személyre):

- 1 doboz Bonduelle Vapeur lencse
- 1 doboz Bonduelle Vapeur csicseriborsó
- 2 répa
- 2 kisebb cékla
- 1 kisebb lilahagyma
- 250 g halloumi sajt
- 1 citrom
- 1 lime
- 1 csokor petrezselyem
- só, bors, olívaolaj



A salátát készítsuk el előre otthon és már csak a sajtot kell frissen grillezni.

A céklát mossuk meg és tegyük egy hőálló edénybe, öntsünk alá egy kevés vizet és lefedve tegyük 180 fokra előmelegített sütőbe. Süssük kb. 40-50 percig, villával ellenőrizzük, hogy puha-e. Mikor kihűlt, hámozzuk meg és vágjuk kisebb kockákra. A répát vágjuk julienne-re, a lilahagymát vágjuk félkarikára. Adjuk hozzájuk a lencsét és a csicseriborsót, valamint a sült céklát! Reszeljük le a lime és a citrom héját, a levét facsarjuk ki, majd csurgassunk hozzá annyi olívaolajat, hogy öntet állagot kapjunk! Szózzuk, borsozzuk, majd öntsük a salátára. A halloumi sajtot vágjuk ujjnyi vastag szeletekre és egy kevés olívaolajon grillezük meg.

További inspiráló recepteket a weboldalunkon találsz!

Tűzrakási tanácsok:

- Tűzrakás előtt győződj meg róla, hogy nincs a közelben éghető, gyúlékony anyag!
- Soha ne önts olajat, páclevet az égő grillre, hiszen ha fröcskölni kezd, égési sérüléseket okozhat!
- Ha a vártnál magasabbra csap a tűz lángja, akkor ne spriccelj rá vizet, mert a víz hatására hamu száll fel mindenhova. Ha a fellángolás túl magas, akkor vedd le az ételeket a rácsról és várd meg míg csillapodik a tűz!
- Élénk lángok felett ne kezd el sütni az ételleket, akkor helyezd a rácsra a finomságokat, ha már csak parázslik a faszén!
- Szeles időben ne állj neki grillezni! Mindig győződj meg róla, hogy szélvédett helyen raktál tüzet! Az ételekre fúj hamu ugyanis nem csak az ízeket rontja el, hanem egészségtelen is!
- Mindig igyekezz egyenletesen elosztatni a parázst, így az ételek minden oldala egyszerre sül meg!
- Légy körültekintő és sütögetés után győződj meg róla, hogy eloltottad a tüzet!
- Szabadtéri grillezés után mindig gyűjtsd össze a szemetet és ha nincs a közelben kuka, vidd magaddal!

Feri grill tippjei:

- Mindig várd meg, hogy a faszéne fehér hamuréteg képződjön, így lesz megfelelő a hőmérséklete. Soha, de tényleg soha ne használd grillgyújtó folyadékot! De tényleg soha!
- Ne spórolj a zöldségekkel! Egy jól elkészített hússal a legjobbat teszed, ha jól összeválogatott zöldségkörettel kínálsd!



	Cím	Koordináták	Megye
1	Fazekas Vendégház, Kossuth u., Lipót	47° 51,571' 17° 27,914'	Győr-Moson-Sopron
2	Zsivány Barlang mellett, Bakonyszentlászló	47° 22,795' 17° 50,196'	
3	Szalamandra-tó, Sopron	47° 40,081' 16° 32,616'	
4	Peruska Mária kápolna, Horvátzsidány	47° 23,374' 16° 37,833'	Vas
5	Csónakázó-tó, Sárvár	47° 14,716' 16° 56,372'	
6	Kultúrák hegye tanörvény, Velem	47° 21,086' 16° 28,663'	
7	Nagymező erdei pihenő, Gyenesdiás	46° 46,971' 17° 17,703'	Zala
8	Háromszenteki kápolna, Páka	46° 34,755' 16° 38,033'	Somogy
9	Tökaji-parkerdő, Kaposújlak	46° 20,599' 17° 44,825'	
10	Tökaji-parkerdő, Kaposújlak	46° 20,605' 17° 44,816'	
11	Rigóc, Halastavak, Barcs	45° 58,547' 17° 32,202'	Veszprém
12	Szent János hid, Káptalanfa	47° 4,079' 17° 21,073'	
13	Mayer-tó, Zirc	47° 15,762' 17° 53,473'	
14	Boldogasszony Templomrom, Dörgicse	46° 54,872' 17° 43,681'	Komárom-Esztergom
15	Gesztesi vár, Várgesztes	47° 28,103' 18° 23,727'	
16	Turul-emplékmű, Tatabánya	47° 35,267' 18° 24,479'	
17	Iskola-köz, Óbarok-Nagygyháza	47° 31,142' 18° 31,802'	Fejér
18	Ifjúság (Szalki) Sziget, Dunaújváros	46° 58,766' 18° 56,734'	
19	Sárpentelei Parkerdő	47° 8,875' 18° 22,972'	
20	Tamási Parkerdő, Tamási	46° 36,902' 18° 16,583'	Tolna
21	Kossuth Lajos u. mellett, Kismányok	46° 16,568' 18° 28,803'	
22	Lóri vadászház, pihenőhely, Orfű	46° 9,053' 18° 10,886'	
23	Erdősmárok, körforgalom mellett	46° 3,391' 18° 32,548'	Baranya
24	Benkó Zoltán Szabadidőközpont	46° 57,144' 19° 33,871'	
25	Benkó Zoltán Szabadidőközpont	46° 54,635' 19° 39,953'	
26	Ordas, pihenőhely	46° 38,275' 18° 56,601'	Bács-Kiskun
27	Kárpát-forrás, Pilisszentlászló	47° 42,449' 18° 58,480'	
28	Nyakas-kő, Biatorbágy	47° 27,094' 18° 49,831'	
29	Pótharaszti sétárdó, Csepévharaszt	47° 17,136' 19° 24,961'	Pest
30	Pótharaszti sétárdó, Csepévharaszt	47° 17,154' 19° 24,971'	
31	Ezüst-hegy, Budakalász-Pilisborosjenő	47° 36,889' 18° 59,896'	
32	Törökmezői turistaház, Nagymaros	47° 49,857' 18° 56,554'	Budapest
33	Doberdői út, Kiscelli múzeum mellett, III.ker.	47° 32,247' 19° 1,714'	
34	Zöldmál, Ferenchegyí út, III.ker.	47° 31,634' 19° 0,806'	
35	Normafa	47° 50,557' 18° 96,362'	Nógrád
36	Cinkotai Kiserdő, XVI.ker.	47° 30,364' 19° 14,685'	
37	Cinkotai Kiserdő, XVI.ker.	47° 30,434' 19° 14,659'	
38	Szent Anna Kápolna, Jánoshegyi út, XII.ker.	47° 30,442' 18° 57,736'	Heves
39	Nótincsi horgásztó	47° 53,566' 19° 7,637'	
40	Bánki-tó	47° 55,240' 19° 10,604'	
41	Óko-park, Szarvaskő	47° 59,401' 20° 19,648'	Jász-Nagykun-Szolnok
42	Tavirózsa kemping, Tisza-tó, Poroszló	47° 38,555' 20° 39,303'	
43	Attila-kút, Noszvaj	47° 57,122' 20° 27,431'	
44	Bükk Nemzeti Park, Felsőtárkányi-tó, Felsőtárkány	47° 58,874' 20° 26,008'	Békés
45	Lombkorona-sétány, Karcag	47° 19,075' 20° 54,103'	
46	Nedves-rét, Szolnok	47° 12,322' 20° 11,065'	
47	Mezőkővácsháza, pihenő	46° 23,993' 20° 55,437'	Hajdú-Bihar
48	Póstelek(Békéscsaba), pihenőhely (autószozi mellett)	46° 41,141' 21° 11,830'	
49	Nagyhegyesi Kráter-tó, Nagyhegyes	47° 32,290' 21° 24,197'	
50	Nagyhegyesi Kráter-tó, Nagyhegyes	47° 32,309' 21° 24,140'	Borsod-Abaúj-Zemplén
51	Nagyhegyesi Kráter-tó, Nagyhegyes	47° 32,310' 21° 24,092'	
52	Köpüs Forrás, pihenőhely, Miskolc	48° 7,237' 20° 32,354'	
53	Berentei-tó, Berente	48° 13,904' 20° 39,136'	Szabolcs-Szatmár-Bereg
54	Berentei-tó, Berente	48° 13,933' 20° 39,112'	
55	Tiszlalóki Arborétum mellett	48° 1,509' 21° 18,137'	
56	Demecser	48° 6,080' 21° 54,595'	



bonduelle.hu



bonduelle_hu



bonduelle.hu



Bonduelle Hungary