

Neuklízejte po létě gril: objevte kouzlo grilování po celý rok

22.10.2025 - | Phoenix Communication

Grilování nemusí končit s posledními teplými večery. Díky chytrým elektrickým grilům Sage si můžete vychutnat dokonale propečený steak, křupavou zeleninu nebo i snídaňové lívance kdykoli během roku. Připravte si oběd, večeři i víkendový brunch rychle, zdravě a bez zbytečného nepořádku - přímo ve své kuchyni.

Snadná údržba, maximální pohodlí

Elektrický kontaktní gril Sage BGR820 je navržen tak, aby se stal vaším každodenním pomocníkem - od snídaně až po večeři. Nabízí precizní nastavení teploty v rozmezí 180-220 °C, takže si poradí s hovězím masem i křehkou zeleninou - a to všechno bez přidaného tuku. Gril je vybaven vyjímatelnými grilovacími deskami s nepřilnavou povrchovou úpravou Quantanium, které můžete snadno omýt pod tekoucí vodou nebo vložit do myčky. Praktická odkapávací miska na šťávu se dá jedním pohybem vyjmout a vyčistit - bez nepořádku a ztráty času.

Sladké ráno z grilu

Grilování nemusí být jen o mase a zelenině - elektrický gril skvěle zvládne i sladkou voňavou snídani. Vyzkoušejte třeba lívance, které připravíte přímo na grilovacích deskách s nepřilnavým povrchem. Bez oleje, připalování a s dokonale rovnoměrným propečením.

Recept na nadýchané lívance:

Postup:

V jedné míse smíchejte mouku se špetkou soli. V druhé míse rozšlehejte vejce s mlékem a poté tuto směs postupně přilévejte k mouce, dokud nevznikne hladké těsto bez hrudek. Gril přehřejte na

180 °C a pomocí lžice tvořte menší lívance přímo na nepřilnavé grilovací desce - bez potřeby přidávat tuk. Pečte je 2-3 minuty z každé strany, dokud nezezlátnou a nenabydou na objemu. Podávejte s bílým jogurtem, čerstvým ovocem nebo javorovým sirupem - podle chuti a sezóny. Recept připravily Ilona a Andrea, duo z IG účtu [brambo.rajda](#).

Lehký oběd nebo večeře

Když se nechcete zdržovat u plotny, ale zároveň toužíte po teplém a čerstvém jídle, gril Sage je ideálním pomocníkem. Během pár minut na něm připravíte například tortilly s kuřecím masem, slaninou a zeleninou, které jsou zvenku krásně křupavé a uvnitř vláčné. Žádné složité vaření - jen pár surovin a chytrý gril, který udělá z běžného oběda malý gurmánský zážitek.

Recept na tortilly:

Postup:

Připravte si ingredience. Kuřecí prsa nakrájejte na kousky a na pánvi* orestujte na olivovém oleji,

osolte a opepřete. Gril předehejte na 180 °C. Mezitím nakrájejte zeleninu a slaninu – tu můžete krátce prohřát přímo na grilu. Tortilly naplňte připravenými ingrediencemi. Zvolit můžete nařezaný styl – kdy tortillu rozříznete od středu a do čtyř částí rozložíte salát, rajčata, sýr s cibulkou a maso, poté ji postupně překládáte – nebo klasický způsob: ingredience umístíte doprostřed, okraje přehnete dovnitř a zarolujete. Hotové tortilly vložte na grilovací desku a zapékejte, dokud nejsou zvenku křupavé a sýr uvnitř rozpuštěný. Servírujte teplé s oblíbeným dresinkem.

Pokud se chcete vyhnout používání páve, můžete kuřecí kousky lehce pokapané olivovým oleje restovat také přímo na grilu.

<https://www.phoenixcom.cz/press/neuklizejte-po-lete-gril-objevte-kouzlo-grilovani-po-cely-rok>