



## Recept – glasura cun mel e menta

- 1 tschadun grond ieli d'ulivas
- 2 tschaduns gronds mel
- 1 tschadun grond aschieu da vin alv
- 10 gr fegls da menta manizzads
- sal da mar, paiver nair dal mulin

Truschar ensemen e duvrar per unscher la charn che brassa en il furnel u en la padella.

## Recept – marinada da vin cotschen cun rosmarin

- 125 ml vin cotschen
- 2 tschaduns gronds zutger brin
- 3 cons d'agl manizzads
- 2 tschaduns gronds rosmarin frestg manizzà
- 125 ml ieli d'ulivas
- sal da mar, paiver nair dal mulin

Maschadar, unscher charn cun marinada e laschar trair min. 1 ura en frestgera.  
Betg brassar charn freida, laschar temprar en cuschina per almain 15 min.

---