Rezept

Leicht asiatische Marinade mit Poulet- und Braten-Gewürz für Fleisch und Vegi

Leicht asiatischer, feiner,würziger Geschmack

4 Pers

Zutaten

1 dl	Sonnenblumenöl
1 EL	strong Tamari soy sauce (Reformhaus)
3 TL	Poulet- und Braten-Gewürz
1 - 2 cm	frischen Ingwer
1	Knoblauchzehe

Vorbereitung

- Ingwer möglichst fein schneiden oder reiben.
- Knoblauchzehe pressen.

Zubereitung

1. Alle Zutaten sehr gut miteinander vermischen.
2. Das Fleisch, 500g -600g oder die Vegi Zutaten mit der Marinade einpinseln und 1 - 3 Std. einziehen lassen. Zwischendurch mal wenden und erneut einpinseln. Je mehr Zeit Sie der Marinade zum einziehen geben können desto intensiver wird der Geschmack.

Tipps

Die Marinade passt ausgezeichnet zu Poulet- aber auch Schweine- und Rindfleisch.

Genau so gut können Sie sie auch für Kartoffeln, Saitan, Tofu oder Gemüsespiesschen mit Zuchetti, Champignons, Peperoni ect.verwenden.

En Guete!
Mit Gruss aus der Küche vom Scharfen Sultan.