



# Marinade für alle Fleischsorten

## Zutaten:

- 1 EL Agavendicksaft, alternativ Honig
- 3 EL Öl
- 2 EL dunkle Sojasauce
- 1 EL Balsamico
- 2 EL Zitronensaft
- 2 TL Senf, mittelscharf
- 50 g Tomatenmark
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 TL getrocknete italienisch Kräuter (alternativ Rosmarin und Oregano)
- 1 TL Salz
- 1 TL gemahlener oder geschroteter Pfeffer
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Currypulver
- 1/2 etwas getrocknete Chiliflocken nach Belieben



## Zubereitung:

- Alle Zutaten in der großen Nixe gut vermischen, dabei den Knoblauch durch die Knoblauchpresse pressen oder fein reiben.
- Fleisch darin einlegen und für mindestens 2 Stunden ziehen lassen.
- **Tipps:**
  - Die Marinade hält sich einige Tage im Kühlschrank. Man kann daher gerade in den Sommermonaten schon mal etwas auf Vorrat zubereiten.
  - Die Reste der einmal verwendete Marinade sollte man allerdings kein zweites Mal verwenden

## Kontaktdaten:

Beate Sing  
☎0151/11 22 71 21  
✉beate@saugquad-und-lecker.de

🌐 [www.saugquad-und-lecker.de](http://www.saugquad-und-lecker.de)

<https://www.pamperedchef.eu/sing>