KIKKOMAN

Helppotekoinen olut-hunajamarinadi

kokonaisaika **35 min** **5 min** esivalmistelut **30 min** marinointi

Ravintosisältö (per annos):
1.572 kJ / 375 kcal

Rasva: **0,3 g** Proteiini: **12,4 g**
Hiilihydraatit: **71,3 g**

AINEKSET

2 annosta

120 ml	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
15 g	murskattua valkosipulia
60 g	hunajaa
150 ml	tummaa olutta
1,5 rkl	sokeria
15 g	inkivääriä

VALMISTUS

Vaihe 1

Sekoita kaikki ainekset ja käytä lihan marinointiin.

Vaihe 2

Anna marinoitua muutamasta tunnista aina yön yli (naudanliha ja porsaanliha vaativat pidemmän ajan, kana lyhyemmän ajan).