

Tahmea hunaja-soijamarinadi

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

Ravintosisältö (per annos):
1.758 kJ / 420 kcal

Rasva: **30,8 g** Proteiini: **6,9 g**
Hiilihydraatit: **27,8 g**

AINEKSET

1 annosta

7 rkl	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike</u>
3 tl	hunajaa
3 tl	väkevää sinappia
3 rkl	oliiviöljyä

VALMISTUS

Vaihe 1

Sekoita kaikki ainekset keskenään ja käytä lihan marinadina.

Vaihe 2

Anna lihan marinoitua useiden tuntien ajan tai yön yli (naudanliha ja porsaanliha vaativat pidemmän ajan, kana, kala ja kasvikset lyhyemmän ajan).