

# Marinaden für Fleisch

**Für ca. 4 Portionen**

**Marinade 1:**

1 EL Honig	3 EL Olivenöl	3 EL Sojasauce
3 EL Weißwein	1 EL Balsamico	1 EL Zitronensaft
1 TL Senf	2 TL Tomatenmark	2 Knoblauchzehen, gepresst
1 TL Rosmarin	1 TL Oregano	$\frac{1}{2}$ TL Zimt
1 TL Salz	1 TL Pfeffer	1 TL Paprikapulver, edelsüß
2 Chilischoten, getrock.		

**Marinade 2:**

6 EL Sonnenblumenöl	1 TL Sesamöl	2 EL Sojasauce
2 TL Worcestersoße	2 TL Zitronensaft	1 TL Balsamicoessig
2 EL Honig	1 TL Senf	1 Knoblauchzehe, gepresst
$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer		

Alle Zutaten einer Marinade zerkleinern, mischen und mit dem Stabmixer pürieren (möglichst frische Zutaten verwenden). Das Fleisch von allen Seiten mit Marinade einpinseln und abgedeckt über Nacht im Kühlchrank ziehen lassen.

Die Marinade 2 ist besonders für Rindfleisch geeignet.

NN am 20. Juli 2022