



8 Marinaden zum selber Machen

by Joscha Bastians



Marinaden für Rind, Schwein und Huhn ganz einfach Nachmachen

So wird's Perfekt!

Zubereitung:

1. Asiatische Honigmarinade

Zutaten:

- 1/4 Tasse Sojasauce
- 1/4 Tasse Honig
- 1 1/2 Esslöffel Reisessig
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Teelöffel geriebener Ingwer
- 1 Esslöffel Sesamöl

Zubereitung:

Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen. Hähnchen/ Rind 1-4 Stunden marinieren, um einen süßen, herzhaften und umami Geschmack zu erzielen.

2. Jalapeno-Knoblauchmarinade

Zutaten:

- 1/4 Tasse Olivenöl
- 2 Jalapeños, entkernt und fein gehackt (oder Pepperoni)
- 4 Knoblauchzehen, gehackt
- etwas Saft von 1 Limette
- 1 Esslöffel Honig
- Salz und Pfeffer nach Geschmack (oder Steak Gewürz, wie z.B. Steak perfection)

Zubereitung:

Alle Zutaten gut vermischen. Fleisch 2-4 Stunden marinieren für eine scharfe Knoblauch Note.

3. Italienische Marinade

Zutaten:

Zubehör:

Unsere Empfehlungen findet ihr auf: www.meat-n-great.de

- Schneidebrett
- Messer

Zutaten: 2 Portionen

Unsere Lieblingsaucen und Gewürze findet ihr auf: www.grillgoods.de

Menge	Lebensmittel
-------	--------------

Tipps:

Das Rezept als Videoanleitung findest du auf Youtube: Meat `n` Great

-

- 1/4 Tasse Olivenöl
- 1/4 Tasse Rotweinessig
- 1 Esslöffel Italienische Kräuter (z.B. Kräuter der Provence)
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Teelöffel getrockneter Oregano
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

Alle Zutaten vermengen und das Fleisch 30 Minuten bis 2 Stunden marinieren. Erwarte einen klassischen, würzigen italienischen Geschmack.

4. Fajita-Marinade

Zutaten:

- 1/4 Tasse Olivenöl
- Saft von 1 Limette
- 1 Esslöffel Chilipulver
- 1 Teelöffel Kreuzkümmel
- 1/2 Teelöffel Paprika
- 1/2 Teelöffel Cayennepfeffer (optional)
- 2 Knoblauchzehen, gehackt

Zubereitung:

Alle Zutaten verquirlen. Hähnchen oder Rind 1-3 Stunden marinieren, um den lebendigen, säuerlichen und gewürzten Fajita-Geschmack zu erzielen.

5. Honig-Senf-Marinade (Honey-Mustard-Marinade)

Zutaten:

- 1/4 Tasse Dijon-Senf
- 1/4 Tasse Honig
- 1 1/2 Esslöffel Apfelessig
- 1/4 Tasse Olivenöl
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

Alle Zutaten vermischen. Fleisch 1-2 Stunden marinieren. Das Ergebnis ist süß, säuerlich und cremig.

6. Nashville Hot Marinade

Zutaten:

- 1/2 Tasse Buttermilch
- 1/4 Tasse scharfe Sauce (Zooze Chilisaucen genial dafür, sie haben verschiedene Schärfegrade)
- 1 Esslöffel Paprika
- 1 Esslöffel brauner Zucker
- 1/2 Teelöffel Cayennepfeffer (nach Geschmack anpassen)
- 1 Teelöffel Knoblauchpulver

Zubereitung:

Alle Zutaten vermengen und das Fleisch mindestens 1 Stunde marinieren. Erwarte einen scharfen, rauchigen und leicht süßen Geschmack.

7. Teriyaki-Marinade

Zutaten:

- 1/3 Tasse Sojasauce
- 1/4 Tasse brauner Zucker
- 2 Esslöffel Mirin (optional)
- 1 Teelöffel geriebener Ingwer
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1/4 Tasse Wasser

Zubereitung:

Alles vermischen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Hähnchen oder Rindfleisch 1-4 Stunden marinieren für einen traditionellen, süß-salzigen Glanz.

8. Koriander-Limetten-Marinade

Zutaten:

- 1/4 Tasse Olivenöl
- Saft von 2 Limetten
- 1/4 Tasse frischer Koriander, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Teelöffel Kreuzkümmel
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

Alle Zutaten vermengen. Fleisch 30 Minuten bis 2 Stunden marinieren für einen frischen, würzigen und kräuterigen Geschmack.

Diese Marinaden werden deine Hähnchengerichte aufwerten und deinen Mahlzeiten Abwechslung und Geschmack verleihen!

