



Würze-Marinade

Zutaten

- 1 rote Chilischote(n)
- 5 cm Ingwer
- 1 EL Zitronensaft
- 3 EL MAGGI Würze
- 1 TL brauner Zucker
- 4 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Chilischote(n) waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer reiben.
2. Chilischote und Ingwer mit Zitronensaft, MAGGI Würze, Zucker und THOMY Reines Sonnenblumenöl verrühren, bis eine gebundene Sauce entsteht.
3. Die Würze-Marinade kann zum Marinieren von Putenschnitzel, Hähnchenbrustfilet oder Fischfilet verwendet werden.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	3 g
Energie	117 kcal
Fett	11 g
Protein	1 g

🕒 10 Minuten

⊕ 4 Portionen