



Spareribs in Honig-Knoblauch-Marinade

Zutaten

- 1,5 kg Spareribs
- 3 Knoblauchzehe(n)
- 1 Beutel MAGGI Fix für Hackbraten
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 5 EL Soja Sauce
- 3 EL Essig
- 3 EL Honig, flüssig

Zubereitung

1. Spareribs waschen und trocken tupfen.
2. Knoblauchzehe(n) schälen und durch die Knoblauchpresse pressen.
3. MAGGI Fix für Hackbraten mit THOMY Reines Sonnenblumenöl, Soja Sauce und Essig verrühren. Honig und Knoblauch untermischen.
4. Die Spareribs von beiden Seiten mehrmals einpinseln und ca. 2 Std. gekühlt marinieren. Auf dem heißen Grill unter mehrmaligem Wenden ca. 25-30 Min. garen. Dazu passen Maiskolben und ein grüner Salat.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	17 g
Energie	526 kcal
Fett	26 g
Protein	54 g

🕒 40 Minuten
⊕ 6 Portionen