

Rezept des Monats Juli 2018

Mariniertes Straußenfleisch gegrillt

(für 4 Personen)

Zutaten:

4 St. Straußenfleisch a` 250g
Für die Marinade:
8 EL Sojasauce
2 EL Worcestersauce
4 EL Tomatenketchup
2 EL Honig
2 TL Senf (scharf)
6 EL Kirschlikör



Zubereitung:

Als erstes die Marinade herstellen und das Fleisch portionieren.

Die fertige Marinade in einen Zip-Beutel geben. Die Fleischstücke in die Tüte legen und verschließen. Nun das Fleisch mit der Marinade von außen vermischen und 2-3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Das fertig marinierte Fleisch dann, wenn der Grill am heißesten ist, auflegen und von jeder Seite gute 3 Minuten grillen. Das Fleischstück anschließend auf dem Grillrost zur Seite legen und noch 5-10 Minuten nachziehen lassen.

Alternativ können Sie das Fleisch auch in der Pfanne braten.

Dazu passt hervorragend ein frischer Möhrensalat, ein leckerer Schmand-oder Knoblauch-Dip und frisches Baguette.