

Zitronen-Pfeffer-Marinade

Zutaten

Für 4 Personen/ca. 600 g Fleisch

3 EL Bratcrème
½ Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
2 TL Ingwerwurzel frisch, fein gerieben
½ TL weisser Pfeffer, gemahlen
½ TL Zucker



Zubereitung

1. Für die Marinade alle Zutaten mit dem Schwingbesen gut verrühren. Fleisch rundum damit bestreichen, zugedeckt 1-2 Stunden marinieren.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 66 Kalorien, 0g Eiweiss, 0g Kohlenhydrate, 8g Fett.