

Vorgeschlagen von: am Mo 12 Jul 2010 14:43:44 CEST

Beschreibung

Zutaten

400 g Grillfleisch (nach Wahl), 200 ml Pils, 200 ml Olivenöl, Salz, Pfeffer, Kräuter der Provence

Zubereitung

Bier, Olivenöl und Gewürze zu einer Marinade vermischen, wer hat, kann dafür einen Milchaufschäumer verwenden. Das Fleisch darin einlegen und im Kühlschrank ca. fünf Stunden ziehen lassen. Danach das Grillgut auf den Grill legen und wie gewohnt grillen. Das Fleisch am besten nicht auf der offenen Flamme liegen lassen.

Anmerkungen

Dazu passt hervorragend frisches Stangenbaguette und ein frischer Sommersalat.

Zubereitungsdauer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	zwei Portionen	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	