

Μαρινάδα Σκόρδου



Μερίδες: $\frac{3}{4}$ φ

Υλικά:

- $\frac{1}{4}$ φ ελαιόλαδο
- 4 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 1 κ.σ δεντρολίβανο θρυψαλισμένο
- $\frac{1}{2}$ κ.γ σκόνη μουστάρδας
- 2 κ.γ soy sauce
- Υλικά:
- $\frac{1}{4}$ φ ελαιόλαδο
- 4 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 1 κ.σ δεντρολίβανο θρυψαλισμένο
- $\frac{1}{2}$ κ.γ σκόνη μουστάρδας
- 2 κ.γ soy sauce

Εκτέλεση:

- Ζεστάνετε το λάδι σε μέτρια φωτιά.
- Ψήστε το σκόρδο μέχρι να αλλάξει χρώμα.
- Προσθέστε το δεντρολίβανο, τη μουστάρδα και το soy sauce.
- Απομακρύνετε από τη φωτιά και προσθέστε το ξύδι και το σέρυ.
- Αφήστε να κρυώσει και σερβίρετε.

Ανά κ.σ:

- Θερμίδες: 50
- Πρωτεΐνη: 0 γρ.
- Υδατάνθρακες: 1 γρ.
- Λίπη: 5 γρ.

Αυτή η μαρινάδα δουλεύει εξίσου και σαν σάλτσα για σαλάτες ή ακόμη και για μακαρονάδες.