

# GRILLMARINADE – TOMATE-SENF MARINADE MIT ROSMARIN

## GRILLMARINADE – TOMATE-SENF MARINADE MIT ROSMARIN

Wir retten was zu retten ist! Und heute sind es die Marinaden. Mal ehrlich – es ist so einfach sein Fleisch selbst zu marinieren. Ihr seid dadurch viel flexibler was die Fleischwahl angeht und könnt ganz einfach variieren. Zeit das nochmal in aller Deutlichkeit zu zeigen – deshalb sind wir Retter der Dinge die da eben zu retten sind wieder fröhlich angetreten als Sina, die Giftige Blonde, uns in die Küche geschickt hat. Bei mir gab es dann diese tomatige Mariande. Tomate und Rosmarin sind nämlich wunderbare Partner, in diesem Fall getrocknete Tomaten, Tomatenmark und frischer Rosmarin. Abgerundet durch einen Klecks Senf macht sich die Marinade perfekt für ein paar saftige Schweinenackensteaks. Eine Prise Cayennepfeffer sorgt für die pikante Note. Dazu passt ganz wunderbar ein Nudelsalat wie der mit getrockneten Tomaten und Schafskäse.



©katha-kocht.de

Zutaten für 10 Schweinenackensteaks:

100ml neutrales Pflanzenöl

100ml Wasser

1 EL Tomatenmark

3 getrocknete Tomaten

1 EL Senf

1 Zweig Rosmarin

1 Prise Salz

1 Prise Cayennepfeffer

1 TL schwarze Pfefferkörner

1/4 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

#### Zubereitung:

Den Rosmarin und die getrocknete Tomate klein hacken. Mit den Restlichen Zutaten in den Becher für den Stabmixer geben und so lange mixen bis keine Stücke oder Pfefferkörner mehr zu sehen sind.



Das Fleisch mit der Marinade vermengen und rundum einreiben. Die Marinade für mindestens 6 Stunden, besser über Nacht, im Kühlschrank ziehen lassen.

Wer möchte ein Scheibchen vom Grill?



Und hier die fleißigen Retter für diese Runde:

lecker macht laune - Senfmarinade

<http://www.leckermachtlaune.de/2015/08/12/grundrezept-senfmarinade/>

From-Snuggs-Kitchen - orientalische Marinade

<http://www.from-snuggs-kitchen.com/2015/08/wir-retten-marinaden.html>

Cuisine Violette - Aprikosen-Ketchup

<http://cuisine-violette.com/2015/08/aprikosen-ketchup-wir-retten-was-zu-retten-ist/>

greenway36 - Aprikosen-Paprika Sauce (Süßsauer Sauce)

<http://greenway36food.blogspot.com/2015/08/suesssauersauce.html>

1x umrühren bitte aka kochtopf - Orangen-Senf-Chili-Marinade

<http://www.kochtopf.me/orangen-senf-chili-marinade>

Prostmahlzeit - Tkemali - Georgische Kriecherlsauce

<http://turbohausfrau.blogspot.com/2015/08/rettungsaktion-marinaden-und-saucen.html>

Barbaras Spielwiese - Klassische BBQ-Sauce

<http://barbaras-spielwiese.blogspot.com/2015/08/klassische-bbq-sauce.html>

Küchenliebelei - Honig-Chili-Marinade

<http://kuechenliebelei.blogspot.com/2015/08/wir-retten-marinaden.html>

Punkt Komma Text - Chermoula

<http://blog.punktkommatext.de/marinade-grillsauce-auf-marokkanisch-hermoula>

Friederike vom Fliederbaum - Mango-Nektarinen-Minz-Sauce

<http://fliederbaum.blogspot.co.at/2015/08/keine-sommerpause-fur-die-rettung.html>

Maria - das Mädels vom Land mit einem Hummus nach Yotam Ottolenghi:

<http://dasmaedelvomland.blogspot.co.at/2015/08/in-yotam-i-trust.html>

### **Our Food Creations:**

[Ananas-Curry-Ketchup, Sweet-Chili-Sauce & Zitronen-Ajoli](#)