

Sojamarinad med chili

Total tid **40 Min.** 5 Min. Tid för förberedelse **30 Min.** Tid för marinering **5 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

486 kJ / 116 kcal

Fett: **11,1 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

4 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
4 msk	olivolja
3 msk	Worcestersås
1 ts	röd chilipasta
1	skalad och pressad vitlöksklyfta

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Häll alla ingredienser i en stor skål och vispa ihop dem. Häll marinaden över biffstekar och marinera i minst 30 minuter, helst över natten. Låt köttet droppa av, spara marinaden. Stek biffarna i het panna i 2–3 minuter på varje sida eller tills de är färdiga efter egen smak.

Steg 2

Flytta köttet till en tallrik för att vila och häll sedan resten av marinaden i stekpannan och vispa ur den. Låt blandningen koka ur en minut eller så tills den glänser och häll den sedan över biffarna. Skär upp biffstekarna och servera med en krispig grönsallad.