



Recept van de maand augustus 2009:

Saté van varkenshaas

Serveer als voorgerecht of als hoofdgerecht met rijst.

- 1 pond varkenshaas, in blokjes gesneden
- 2 groene uien in ringen gesneden
- 2 eetlepels verse tijm
- 1 theelepel gemende kruiden
- 1 theelepel zout
- 1 theelepel vers gemalen zwarte peper
- ½ theelepel vers gemalen nootmuskaat
- ½ theelepel gemalen kaneel
- 4 teentjes knoflook fijngehakt
- 1 theelepel verse gember, fijngehakt
- 2 rode pepers, ontpit en fijngehakt
- ½ kopje Hoisin saus
- ¼ kopje plantaardige olie
- 2 eetlepels sojasaus
- 1 eetlepel rijstazijn

Leg houten satépennen tenminste 1 uur voor het grillen in het water.

Meng alle ingrediënten voor de marinade in een glazen schaal of afsluitbare zak goed door elkaar

Rijg de stukjes vlees als een ketting aan de doorweekte houten pennen. Leg de pennen in de marinade en zet alles 1 tot 4 uur in de koelkast zodat de marinade goed in het vlees kan trekken.

Verwarm de barbecue voor op HOOG en bestrijk de bakroosters met plantaardige olie. Draai de barbecue terug naar MEDIUM en grill de saté ongeveer 2 minuten per kant als u het vlees medium gaar wilt houden.

Eet smakelijk!

