

Gemarineerde varkens-spiesjes / Marinated pork skewers



Marinade

100 ml tomatenketchup
1 eetlepel bruine basterdsuiker
sap van 1/2 citroen
2 teentjes knoflook, geperst
2 eetlepels soya
kleine rode ui
zeezout & peper naar smaak

Spiesjes

400 gram varkensvlees
1 rode + 1 groene paprika
3 bosuitjes
olijfolie, om te roosteren

Zo maak je gemarineerde varkensspiesjes

Roer alle marinade ingrediënten goed door elkaar.

Bedek het vlees helemaal met marinade en zet het een paar uur in de ijskast.

Was en snij de paprika's en snij de lente-uitjes in stukjes.

Laat de stokjes volzuigen met water voor je ze op de barbecue gebruikt.

Verhit de barbecue of de grill pan.

Rijg vlees en groenten om en om aan de stokjes en bestrijk ze met olijfolie.

Rooster de spiesjes aan beide kanten gaar en bruin, in 3-4 minuten per kant.

Serveer de spiesjes eventueel met gebakken aardappels en boontjes.

Gemarineerde varkens-spiesjes / Marinated pork skewers



Marinade

100 ml tomato ketchup
1 tablespoon of brown caster sugar
juice of 1/2 lemon
2 cloves of garlic, crushed
2 tablespoons soy
small red onion
sea salt & pepper to taste

Skewers

400 grams of pork
1 red + 1 green pepper
3 spring onions
olive oil, for roasting

How to make marinated pork skewers

Stir all marinade ingredients well.

Cover the meat completely with marinade and put it in the refrigerator for a few hours.

Wash and cut the peppers and cut the spring onions into pieces.

Allow the sticks to be filled with water before you use them on the barbecue.

Heat the barbecue or the griddle.

String meat and vegetables alternately on the sticks and brush with olive oil.

Roast the skewers on both sides until tender and brown, in 3-4 minutes per side.

Serve the skewers with fried potatoes and beans, if necessary.