

Miso Marinade „Black Cod“

Zutaten:

60ml Sake

60ml Mirin

60ml Miso nach Wahl (Empfehlung Schwarzwald-Miso von Peter Koch)

30ml Papa Mame sexy Sojasauce (alle Saucen sind super geeignet, wer es etwas „rauchiger“ mag nimmt die Special Edition Lauch-Shoyu)

2Tl braunen Zucker

Herstellung:

Sake und Mirin mit dem Zucker aufkochen. Vom Herd nehmen, Miso und Sojasauce einrühren. Abkühlen lassen. Die Marinade hält sich sauber verschlossen mindestens 2 Wochen im Kühlschrank.

Zum Einlegen ist vakuumieren ideal, ansonsten kann man das Einlegegut aber auch gut abgedeckt in einer Schüssel im Kühlschrank aufbewahren, dabei sollte man aber mehrmals wenden und die Einlegedauer etwas verlängern.

Empfohlene Einlegedauer:

Fischfilets 12-24 Std.

Ganze Fische 24 Std.

Fleischteile wie Steaks etc. 24-48 Std.

Die so eingelegten Lebensmittel können nun entweder in der Pfanne oder am besten auf dem Grill zubereitet werden. Keine Angst vor dunklen Stellen- durch den Zucker und das Miso karamellisiert das Grillgut sehr schnell, das bringt aber eine besondere Aromatik und ist durchaus gewünscht.