



Vartaat kalasta ja äyriäisistä

Aineet: 2 tl kalamauste yrttistä
1,5 tl Cajun maustetta
1 tl sitruunapippuria
2 rkl Cajun maustekastiketta
2 rkl sitruunamehua
2 rkl hunajaa
0,5 dl ruokaöljyä
1 rkl soijakastiketta

Valmistus: Äyriäisiä ja kasviksia maun mukaan grillitikkuihin pujoteltuna.

Sekoita mauste kastikkeen ainekset . Sivele vartaat ennen grillausta kastikkeella ja myös kypsentämisen aikana. Nauti vartaat Kurkumalla maustetun riisin ja salaatin kanssa.

www.superkokki.com