



Barbeque-kastike

Aineet: 1/2 dl oliiviöljyä
1 iso sipuli
4 porkkanaa
4 palaa ruokosokeria
4 valkosipulin kynttä
1 dl hienonnettua inkivääriä
1 rkl fariinisokeria
1 rkl sinappia
1/2 litraa lihalientä tai vettä
1 tlk tomaattimurskaa
2 tl korianterin siemeniä murskattuna
1 rkl HP-kastiketta
1 rkl Worcesterhire-kastike
1 tl Tabascoa

Valmistus: 1. Kuullota vihanneksia oliiviöljyssä.
2. Lisää mausteet, lihaliemi tai vesi ja keitä kannen alla kypsäksi.
3. Soseuta vihannekset tasaiseksi kastikkeeksi ja mausta korianterilla ja maustekastikkeilla. Kiehauta.
4. Tarjoa jäähtyneenä grillatun lihan, kalan ja kasvien kanssa.

www.superkokki.com