

Paleoskafferiets enkla Marinad

PALEOSKAFFERIETS ENKLA MARINAD

För ca 1 - 1,5 kilo kött

3 dl olivolja

3 st pressade vitlöksklyftor

1 msk nyriven ingefära

1 msk finhackad chili

2 tsk eldigt örtsalt (eller havssalt och pepparmix)

2 tsk paprikapulver

1 st saften från en lime

HUSGERÅD

Måttsats

Bunke

Vitlökspress

Ballongvisp

Paleoskafferiets enkla Marinad

Enkel Marinad

Så här gör du

- Rör samman alla ingredienser i en skål
- Lägg köttet i en bunke eller form
- Häll över marinaden och se till att allt kött får marinad på sig
- Täck över skålen eller formen och ställ in i kylan
- Låt stå några timmar för underbart resultat, rör runt i köttet då och då
- Torka av köttet lätt med t.ex. hushållspapper före grillning (så det inte droppar)

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se](https://www.bodystore.se) [\[shoppingcarticon\]](#)