

# CHINA VEGI ENTE HONIG & SESAM



Für 1 Person

Vorbereitungszeit

2 Minuten

Kochzeit

5 Minuten aktiv, 15 Minuten passiv

Menükosten ca.

Chf. -.70

Nährwert pro Rezept

193 Kcal, 2 g Fett, 38 g KH

---

## Zutaten

5 g Sojasauce

10 g Orangensaft & Zesten

1 g Sesamöl

5 g RedLine Sweet Chili

150 g Auberginen, halbiert  
(Statt Ente)

5 g Honig

1

Gemüse in einem Beutel Marinieren

ca. 15 - 120 Min. ziehen lassen

kurz anbraten

bei 180° im Ofen 5 - 8 Min. fertig garen

## Tipp:

Gemüse kann bis zu 2 Tagen in der Marinade liegen