



Gesamtzeit: 3 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 3 Personen

Char Siu

Für die Marinade:

600 g Schweinelende, im Ganzen (oder Schweineschulter)

3 Esslöffel Lien Ying Helle Sojasauce

2 Esslöffel Lien Ying Hoi Sin Sauce

2 Esslöffel Lien Ying Reis Essig

2 Esslöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

1 Esslöffel Lien Ying Austern Sauce

1 Esslöffel Lien Ying Sesam Öl geröstet

1 Teelöffel Lien Ying 5 Gewürze Pulver

3 Knoblauchzehen, fein gehackt

1 Teelöffel frischer Ingwer, gerieben

1 Teelöffel brauner Zucker

1 Prise(n) weißer Pfeffer

Für die Glasur:

4 Esslöffel der vorbereiteten Marinade

2 Esslöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

Für den Backprozess:

Wasser

Char Siu

1.

In einer Schüssel Sojasauce, Hoi-Sin Sauce, Reisessig, Honig, Austern Sauce, Sesamöl, fünf Gewürze Pulver, gehackten Knoblauch, geriebenen Ingwer, braunen Zucker und weißen Pfeffer vermengen.

Das Schweinefleisch in die Marinade geben und sicherstellen, dass das Fleisch gut mit der Marinade bedeckt ist. Abdecken und für mind. 2 Stunden (idealerweise über Nacht) im Kühlschrank marinieren lassen. (Wenn das Fleisch aus der Marinade genommen wird, Marinade auffangen.)

In einer kleinen Schüssel 4 EL der aufgefangenen Marinade und 2 EL Honig vermischen.

Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das marinierte Schweinefleisch auf ein Grillrost legen und dieses auf ein Backblech befüllt mit Wasser setzen, um das Fleisch während des Backens feucht zu halten. Das Fleisch sollte das Wasser nicht berühren. Das Fleisch für etwa 20-25 min. im vorgeheizten Backofen garen. Dabei das Fleisch gelegentlich wenden (insgesamt 3-4 Mal) und jeweils mit der angerührten Honig-Marinade bestreichen.

Nach dieser Zeit die Temperatur auf 230°C erhöhen und die Grillfunktion einschalten. Nochmal für 5-10 min. im Backofen lassen und dabei das Fleisch gut im Auge behalten, damit es nicht schwarz wird.

Das Char Siu aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Das Fleisch kann mit Reis, Nudeln oder Gemüse nach Belieben serviert werden.