

Satay (Fleischspieße mit Erdnusssoße)

Rezept für zwei Personen – sämtliche asiatische Zutaten sind in Asia-Shops erhältlich

Zutaten für die Spieße:

700 Gramm Hähnchen- oder Schweinefleisch
1 Prise Koriandergewürz
1 Prise Kümmel
1 Prise Pfeffer
1 Teelöffel Salz
½ Teelöffel Currygewürz (Pulver)
½ Teelöffel klein geschnittenes Zitronengras
3 Scheiben Galgant
4 Knoblauchzehen
¼ Liter Kokosmilch
2 Esslöffel Pflanzenöl
1 Esslöffel Zucker
Holzspieße

Zutaten für die Soße:

2 Esslöffel Sojasoße
125 Gramm Erdnussbutter
¼ Liter Kokosmilch
3 Esslöffel süßliche Chilisaucen
1 Zwiebel
1 Esslöffel Pflanzenöl

Zubereitung der Spieße:

Als Erstes muss das Fleisch in dünne Streifen geschnitten werden, die etwa vier Zentimeter breit sein sollten. Koriander, Kümmel, Pfeffer, Salz, Currypulver, Zitronengras, Galgant und Knoblauch vermischen und zusammen mit der Kokosmilch verrühren. Anschließend Pflanzenöl und Zucker hinzugeben.

Als Nächstes die Fleischstreifen für zwei bis drei Stunden in die Marinade einlegen. Während die Marinade anschließend zum Kochen gebracht wird, das Fleisch auf die Holzspieße ziehen. Während des Grillens das Fleisch mit der Marinade bestreichen.

Zubereitung der Soße:

Die Zwiebel klein schneiden und im Öl andünsten. Anschließend die Sojasoße, Erdnussbutter, Kokosmilch und süßliche Chilisaucen hinzu geben und auf kleiner Flamme erhitzen.

Beim Verzehren als Snack empfehlen sich Gurkenscheiben als Beigabe. Für den größeren Hunger können die Satay-Spieße mit Reis gereicht werden.