

TABASCOS



Menü: Thai-Abend



Saté Spieße aus Thailand - Muu Satay

+

Erdnussauce für Satay-Spieße

Rotes Thai Curry

Thai Kartoffelbällchen (Khanom Khai Nok Krata)



Saté Spieße aus Thailand - Muu Satay

Infos zum Rezept: 4 Personen

Das Schweinefleisch sollte möglichst durchwachsen sein (Bauch oder Kamm). Natürlich kann man auch magere Teile verwenden, es wird dann aber nicht so saftig. Alternativen sind Rindfleisch, Hähnchen - hier am besten von der Keule - oder auch Lamm. Für eine vegetarische Variante nimmt man Tofu, den man vorher frittiert, mariniert und kurz grillt.

| | |
|------------|---|
| 500g | Schweinehals |
| 1.5 TL | Kurkumapulver |
| 1 TL | Koriandersamen, gemahlen |
| 1 TL | Kreuzkümmel, gemahlen |
| 1 EL | Kokosblütenzucker von Kleinbauern aus Kambodscha |
| 400ml | Kokosmilch |
| 0.5 | Orange |
| Holzspieße | zum Grillen |



→Das Fleisch gut abwaschen, trockentupfen. In Streifen von ca. 8cm Länge, 2cm Breite und 0,5cm Stärke schneiden.

→In einer Schüssel das Kurkumapulver, den Koriandersamen und den Kreuzkümmel zusammen mit dem Palmzucker und $\frac{2}{3}$ der Kokosmilch vermischen. Eventuell etwas erhitzen, damit sich der Palmzucker löst. Den Saft der $\frac{1}{2}$ Orange hineinpressen und die Fleischscheiben darin mindestens 2 Stunden oder über Nacht marinieren.

→Die restliche Kokosmilch für das Grillen aufheben.

→Die Holzspieße in warmes Wasser einlegen, damit sie beim späteren Grillen nicht verbrennen.

→Die Holzspieße aus dem Wasser und das Fleisch aus der Marinade nehmen. Jeweils 2-3 Fleischscheiben auf einen Holzspieß ziehen. Am unteren Ende noch genug freilassen, damit man den Spieß anfassen kann.

→Die Spieße auf den Grill legen und mit einem Pinsel mit der restlichen Kokosmilch bestreichen. Immer wieder wenden und dabei mit der Kokosmilch bestreichen. Nach 5-8 Minuten sollte das Fleisch fertig gegrillt sein.

Erdnussauce für Satay-Spieße



Zutaten: 4 Personen / 30 Min

| | |
|-------|-----------------------|
| 1 EL | rote Thai-Currypaste |
| 200ml | Kokosmilch |
| 100g | Erdnussbutter |
| 2 EL | Shaoxing-Reiswein |
| Salz | wenig zum abschmecken |
| 4 EL | Kokosblütenzucker |



→In einem Topf die Currypaste zusammen mit 4 Esslöffeln der Kokosmilch langsam erhitzen, dabei ständig umrühren.

→Sobald sich das Kokos-Öl abscheidet, die restliche Kokosmilch und die Erdnussbutter hinzugeben. Alles gut verrühren und leicht köcheln lassen.

→Reisessig, ½ Teelöffel Salz und Zucker hinzugeben. Alles gut verrühren und 5 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen.

→Mit Zucker, Salz und Essig abschmecken, abkühlen lassen und lauwarm zu Satay-Spießen servieren

Rotes Thai Curry



Zutaten für 4 Portionen ca. 30 Min:

| | |
|----------|--|
| 500 g | Hähnchenbrustfilets |
| 1 | Zwiebel |
| 2 | Knoblauchzehen |
| 2 | rote Chilischoten |
| 1 | Zucchini |
| 1 | rote Paprikaschote |
| 1 | gelbe Paprikaschote |
| 200 g | Zuckerschoten |
| 1 | Bio- Limette |
| 200 g | Basmati-Reis |
| 1 EL | Olivenöl |
| 1 - 2 EL | rote Currypaste |
| 200 ml | Kokosmilch (ungesüßt) |
| 400 ml | Geflügelbrühe (am besten selbst gekocht, alternativ Bio-Instant-Brühe) |
| ½ Bd. | Thai-Basilikum |
| | etwas Fischsauce |



Zubereitung:



1. Schritt Hähnchenbrust waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen, in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden.



2. Schritt Gemüse rüsten → Zwiebel und Knoblauch abziehen, Zwiebel würfeln und Knoblauch fein hacken. Chilischoten waschen, in feine Ringe schneiden. Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Paprikaschoten halbieren, entkernen, waschen, in Stücke schneiden. Zuckerschoten waschen, schräg halbieren. Limette heiß abwaschen, mit einem Sparschäler ein großes Stück abschälen, Limette auspressen.



3. Schritt Basmati-Reis aufsetzen und nach Packungsanweisung garen.



4. Schritt Öl in einem großen Topf oder Wok erhitzen. Das Fleisch darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten rundherum anbraten. Herausnehmen. Zwiebel und Knoblauch in den Topf geben und 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten. Currypaste zugeben und kurz anbraten. Das Gemüse (außer Chiliringe) hinzufügen, alles 4-5 Minuten mitbraten. Mit der Kokosmilch und der Brühe ablöschen, das Limettenstück und Hähnchen hinzufügen, alles etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze und ohne Deckel köcheln lassen.

5. Schritt Thai-Basilikum etwas Fischsauce

Thaibasilikum abbrausen, trockenschütteln, fein hacken. Limettenschale aus dem Curry herausnehmen, Rotes Thai-Curry mit Fischsauce und Limettensaft abschmecken.

Reis mit dem Curry servieren, mit Thai-Basilikum und den Chilischeiben bestreut servieren.



Thai Kartoffelbällchen (Khanom Khai Nok Krata)

Die süßen Thai Kartoffelbällchen (Khanom Kai Nok Krata) findet man in Thailand überall auf allen Marktplätzen. Man kann Sie zwischendurch als Snack oder als Dessert essen.

Zutaten: Rezept für 2 Personen

-Vorbereitung: 10 Minuten

-Kochzeit: 20 Minuten

-Gesamtzeit: 30 Minuten

Zutaten für süße Kartoffelbällchen

300 g Süßkartoffeln (Man Thet)

150 g Tapiokamehl, hergestellt aus Maniok

30 g Allzweck Mehl, Weizenmehl

4 EL Zucker

1/2 TL Salz

1 TL Backpulver

1 l Palmöl



Info: Alle Zutaten für süße thailändische Kartoffelbällchen findet man in jedem Asia Markt.

Zubereitung süße thailändische Kartoffelbällchen

1. Süßkartoffeln gründlich waschen und circa 15 Minuten kochen oder dünsten.



2. Nachdem die Süßkartoffeln gedünstet oder gekocht wurden – die Kartoffeln abkühlen lassen. Nach dem Abkühlen die Kartoffeln schälen und das Innere der Süßkartoffeln zerkleinern und bereitstellen.





3. Die Süßkartoffel, das Tapioca Mehl, das Weizenmehl, Zucker und Salz und Backpulver jetzt zusammenmischen.



4. Mit einem Holzlöffel und dann mit der Hand die Zutaten zu einem Teig zusammenkneten.



5. Den Teig dann portionsweise abnehmen und daraus circa 2-3cm große Bällchen formen und bereitstellen.



6. Das Palmöl in einen **Wok** geben und erhitzen. Das Palmöl sollte aber nicht zu heiß sein. Dann die Bällchen hinzugeben und frittieren. Ab und zu umrühren damit die Bällchen gleichmäßig braun werden können.





7. Wenn die Bällchen goldgelb frittiert sind, dann kann man die Bällchen herausnehmen und das Palmöl abtropfen lassen.



8. Nach dem Abtropfen die Bällchen auf ein mit einem Papiertüchentuch bedeckten Teller geben und abkühlen lassen.



9. Nach dem Abkühlen kann man Kartoffelbällchen mit Puderzucker bestreuen und als Snack anrichten und servieren.

Khanom Khai Nok Krata ist ein traditionelles thailändisches Dessert und ist nicht allzu süß. Für Kinder kann man gar nicht genug Kartoffelbällchen machen.

Nach dem Frittieren und nach dem Abkühlen sollte man die Kartoffelbällchen schnell verzehren und nicht lange lagern.

Guten Appetit.

Tipp: Schon mal ausprobieren kann man die Kartoffelbällchen in den vielen Thai Restaurants.