

Satay-Spiesschen

Zutaten (Poulet-Spiesschen):

500-600 g Poulet-Brust, in kleinere Stücke geschnitten
 1 Stängel Zitronengras, gequetscht und grob gehackt
 2 Knoblauchzehen, grob gehackt
 1 Stück frischer Ingwer (ca. 2-3 cm), grob gehackt
 1 TL Kurkumapulver
 1 kleines Stück frische Chili, entkernt und gehackt
 1 EL brauner Zucker
 1 knapper TL Meersalz
 1 EL Sonnenblumenöl
 etwas Erdnussöl zum Anbraten
 Holzspiesschen

Zutaten (Satay-Sauce):

2 dl Kokoscreme, ungesüsst
 150 geröstete Erdnüsse, gemahlen
 1 knapper EL gelbe Curry-Paste
 1 EL brauner Zucker
 1 1/2 EL Soja-Sauce
 1 EL Limetten-Saft, frisch gepresst

Zutaten (Gurken-Salat):

1 Gurke, geschält, entkernt und in grössere Stücke geschnitten
 1 rote Zwiebel, fein geschnitten
 frischer Ingwer, geschabt
 1 kleine Knoblauchzehe, gepresst
 frische Chili, entkernt und fein geschnitten
 Limetten-Saft oder Reissessig
 Korianderblätter, grob gehackt
 Meersalz
 ein paar wenige Tropfen Sesamöl

Zubereitung:

Das Poulet-Fleisch in kleinere Stücke schneiden. Dann Zitronengras, Ingwer, Knoblauch, Kurkumapulver, Chili, Zucker, Salz mit dem Sonnenblumenöl zu einer Marinade verrühren und das Fleisch hineingeben und gut mischen. Zugedeckt mindestens eine Stunde lang kühl stellen.

In der Zwischenzeit die Satay-Sauce zubereiten: Die Erdnüsse im Blitzhacker mahlen oder im Mörser möglichst fein zerdrücken. Die Kokoscreme leicht erwärmen (nicht kochen!) und dann die gemahlene Erdnüsse, die Curry-Paste, Zucker, Soja-Sauce und den Limettensaft dazugeben und ganz gut mischen. Die Sauce 5 Min. lang auf ganz kleinem Feuer köcheln lassen bis sie leicht cremig wird.

Die marinierten Poulet-Stücke auf Spiesschen stecken und die Spiesschen dann mit etwas Erdnussöl rundum gut anbraten. Das Poulet-Fleisch muss ganz durchgebraten sein.

Die Spiesschen zusammen mit Basmati-Reis servieren. Die Satay-Sauce separat dazu reichen. Gut dazu passt ein Gurkensalat mit einem Dressing aus einer fein geschnittenen roten Zwiebel, Ingwer, Knoblauch, Chili, Koriandergrün Limettensaft (oder Reissessig), Meersalz und ein paar Tropfen Sesamöl.