

Rezepte Kochschule *gaumencunst.de*

Die Küche der tausend Inseln – Lombok Indonesien

Plecing Kangkung

Rezept für 4 Personen

Zutaten	Zubereitung
<p style="text-align: center;">500 gr Wasserspinaat (ersatzweise auch grüner Blattspinaat) 100 gr. Grüne Bohnen 200 gr Bohnen- oder Sojasprossen 100 gr Karotten 100 gr Gemüse nach Wahl (Grüner Spargel, Kohlrabi usw.)</p>	<p>Die Spinaatblätter in reichlich Wasser waschen und auf einem Sieb abtropfen lassen. An den grünen Bohnen die Spitzen entfernen und gegebenenfalls auf die gleiche Größe trimmen. Die Karotten schälen und in gleichlange Stifte schneiden. Das Gemüse nach Wahl vorbereiten. Alle Gemüsesorten nacheinander in reichlich Wasser jedes für sich kurz blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Auf einem Sieb abtropfen lassen.</p>
<p style="text-align: center;">6 rote Pepperoni 3 Knoblauchzehen 2 Schalotten 3 Chili-Schoten (wem das zu scharf wird, kann sie auch weglassen) 1 EL Shrimppaste (Gibt es im Asialaden oder alternativ kann man auch Sardellenpaste verwenden) ½ TL Salz 1 TL brauner Rohr-Zucker</p>	<p>Die Pepperoni und die Chilischoten auf einer Seite seitlich aufschlitzen und unter fließendem kaltem Wasser die Kerne entfernen. Die Knoblauchzehen schälen, die Schalotten schälen, alles grob zerkleinern und in einem Mixer zerkleinern. Jetzt die Shrimppaste, das Salz und den Zucker hinzugeben und weiter im Mixer zerkleinern und zu einer Paste verarbeiten. Gegebenenfalls nach eigenem Belieben noch weiter abschmecken, milder oder schärfer. Das fertige Sambal beiseite stellen.</p>
<p style="text-align: center;">300 gr Basmati- oder Jasminreis</p>	<p>Den Reis bis zur gewünschten Garstufe in reichlich Wasser kochen. In weniger Wasser wird er klebriger, in viel Wasser körniger. Auf ein Sieb abschütten, beiseite stellen und am besten in dem noch warmen Topf mit einem Deckel verschlossen, warm halten.</p>
<p style="text-align: center;">1 EL Öl zum Braten</p>	<p>Das Öl in einer Wokpfanne nicht zu heiß erhitzen, das Gemüse hinzugeben und darin schwenkend oder unter ständigen Rühren oder Umdrehen wieder erhitzen.</p>
	<p>Ist das Gemüse genügend erhitzt, das Sambal hinzugeben und gleichmäßig in dem Gemüse verteilen.</p>
<p style="text-align: center;">1 Limette</p>	<p>Nun den Reis hinzugeben und untermischen, das Ganze mit dem Saft der Limette abschmecken.</p>

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Rezepte Kochschule *gaumencunst.de*

Die Küche der tausend Inseln – Lombok Indonesien

Plecing Kangkung | Sate Rembiga

Fortsetzung Rezept für 4 Personen

Zutaten	Zubereitung
	Natürlich kann auch das ganze Gericht nur als Gemüse mit dem Reis extra als Beilage serviert werden.
	In jedem Fall kann man aber das Gericht, sowohl als ob, mit dem Sate-Spießen, die in dem folgenden Rezept jetzt kommen, kombiniert werden.
<p style="text-align: center;">500 gr Rindfleisch zum Kurzbraten (Alles was man für Steaks auch verwenden kann) oder Hähnchenbrust oder Putenbrust</p>	<p>Rezept für Sate Rembiga</p> <p>Das Fleisch nach Ihrer Wahl in ca. 2 cm gleichmäßige große Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.</p>
<p style="text-align: center;">3 bis 6 Schalotten je nach Größe 3 Knoblauchzehen 3 rote Pepperoni 3 rote Chilischoten (wer es scharf mag!) 2 EL Palmzucker (Sofern verfügbar) 1 EL brauner Rohrzucker (oder 3 ohne Palmzucker) 1 EL Shrimppaste (oder Sardellenpaste) ½ EL Meersalz Saft von 1 Limone</p>	<p>Die Schalotten und die Knoblauchzehen schälen. Die Pepperoni und die Chilischoten auf einer Seite seitlich aufschlitzen und unter fließendem kaltem Wasser die Kerne entfernen. Jetzt alles grob zerkleinern und in einem Mixer zu einer Paste pürieren. Dann den Zucker, die Shrimppaste, das Meersalz und den Saft der Limone hinzugeben und alles nochmals durchmischen. Die fertige Paste mit dem Fleisch vermischen und für ca. ½ Stunde das marinierte Fleisch durchziehen lassen.</p>
<p style="text-align: center;">10 – 12 Bambus- oder Schaschlikspieße</p> <p>(Die Spieße am besten für ½ Stunde in warmes Wasser legen, dass sie sich Wasser vollsaugen und damit auf dem Grill nicht so leicht verbrennen können.)</p>	<p>Immer 4 Fleischstücke auf einen Spieß aufstecken, dabei darauf achten, dass die obere Hälfte des Spießes immer komplett frei bleibt, um die Spieße optimal zu handhaben und auf dem Grill oder in der Pfanne wenden zu können.</p>
<p style="text-align: center;">1 EL Öl zum Braten (bei der Zubereitung in der Pfanne)</p> <p style="text-align: center;">Kern- und Gartemperatur: für Rindfleisch 58°C (medium) Geflügel mind. 75°C</p>	<p>Jetzt die Spieße auf dem Grill oder in einer Pfanne grillen oder anbraten, bis auf beiden Seiten eine schöne Röst-Textur vorhanden ist. Dann die Spieße auf dem Grill in der indirekten Zone, oder bei der Zubereitung in der Pfanne, am besten im Backofen bei ca. 150°C mit Umluft, bis zur gewünschten Kerntemperatur garen.</p>