

Przepisy kulinarne z Malezji

Salatka z ananasa

Składniki:

Obrać jeden ananas, pokroić w kostkę i przełożyć do salaterki; 1 łyżka stołowa pasty krabowej; 2-3 długie, łagodne peperoni, przecięte na pół, oczyszczone z pestek i posiekane; 1 pęczek dymki, pokrojonej w cienkie krążki; 2 szalotki pokrojone na ćwiartki; kilka łyżek stołowych mięsa z kraba (paluszków krabowych); sól; szczypta cukru.

Przygotowanie:

Szalotki, pastę krabową, mięso z kraba i peperoni zmiksować blenderem na purée. Pokrojoną dymkę dobrze wymieszać z purée i ananasm, doprawić solą i ukrem do smaku.

Zupa szpinakowa

Składniki:

250g umytych i osuszonych liści szpinaku; 25g mięsa z kraba lub krewetek; 2-3 szalotki, przecięta na pół i pokrojone w cienkie piórka; sól; pieprz; oliwa; około 2 filiżanek wody i/lub bulionu.

Przygotowanie:

W garnku rozgrzać trochę oliwy, dodać szalotki i zeszklić. Następnie dodać mięso z kraba lub krewetki, sól, pieprz i krótko podsmażyć. Wymieszać za szpinakiem, dodać wodę i/lub bulion, doprawić solą i pieprzem. Gotować aż szpinak będzie gotowy. Podawać gorące.

Cebulowy Acar (acar – marynowane warzywa)

Składniki:

1 cebula; przekrojona na pół i pokrojona w cienki piórka; 1 pomidor pokrojony w drobną kostkę; 1 pęczek umytej i posiekanej pietruszki; sok z cytryny; papryka w proszku; szczypta soli.

Przygotowanie:

Wszystkie składniki dobrze wymieszać w misce, doprawić sokiem z cytryny i solą.

Herbata Tarik

Tradycyjna herbata malezyjska. Jest połączeniem mocnej czarnej herbaty i skondensowanego słodkiego mleka. Można do niej dodać również przyprawy korzenne takie jak cynamon czy kardamon.

Tłumaczenie tekstu: Iga Zalisz

Malezyjskie curry z kurczaka

Składniki:

1 pokrojony w kawałki kurczak; około 3 filiżanek mleka kokosowego; 4-5 drobno posiekanych szalotek; 2-3 ząbki czosnku, roztarte z odrobiną soli; kawałek kory cynamonu; 2-3 goździki; 2 łyżeczki nasion kolendry i 1 łyżeczka ziaren kminku rozdrobnionych w moździerzu; 1 łydoga trawy cytrynowej, drobno posiekane; 1 łyżeczka kurkumy; 2-3 suszone długie, łagodne peperoni, oczyszczone z pestek, namoczone w wodzie przez 10 minut i posiekane; sól; oliwa.

Przygotowanie:

W garnku rozgrzać oliwę, dodać szalotki, czosnek i pozostałe przyprawy i dusić je do miękkości. Następnie dodać ½ filiżanki mleka kokosowego, zamieszać i zagotować. Dodać kawałki kurczaka i dobrze wymieszać z sosem. Gotować 2-3 minuty, następnie dodać resztę mleka kokosowego, zamieszać i gotować, aż mięso będzie miękkie, a sos zgęstnieje. Ewentualnie doprawić do smaku.

Warzywne curry w sosie z mleka kokosowego

Składniki:

Okolo 1 kg różnych warzyw: umytego i podzielonego kalafiora, obranej i pokrojonej zielonej fasolki, obranego groszku cukrowego, grochu, pokrojonej małej okry, pędów bambusa; 2-3 porcje pokrojonego w paski i usmażonego na oleju tofu.

Przygotować pastę z następujących składników:

1-2 posiekane ząbki czosnku; 1 mała posiekana cebulka; 2-3 szalotki; 2-3 cm imbiru; 1 łyżeczka suszonej kolendry; 1 łydoga trawy cytrynowej; 1 długa, łagodna peperoni oczyszczona z pestek i posiekana; 1-2 cm pasty krabowej; sól; oliwa.

Przygotowanie:

Do podgrzanego oleju dodać pastę z przypraw i podduścić, aż będzie miękka, następnie dodać 1 filiżankę mleka kokosowego i powoli doprowadzić do wrzenia. Dodać warzywa i tofu, dobrze wymieszać. Gotować pod przykryciem 5-6 minut. Następnie dodać pozostałe mleko kokosowe, szczyptę soli i zagotować. Gotować na małym ogniu, aż warzywa będą miękkie.

Pieczone banany

Składniki:

10 dojrzałych, obranych i rozgniecionych widelcem bananów; 250 g przesianej mąki; 1 łyżeczka proszku do pieczenia; 1 ½ filiżanki mleka kokosowego; 3 łyżki cukru; szczypta soli; masło.

Przygotowanie:

Rozgrzać piekarnik do 200°C. Przełożyć do miski purée z bananów i zagnieść z mąką, proszkiem do pieczenia, szczyptą soli. Cukier rozpuścić w mleku kokosowym i połączyć z masą. Formę do pieczenia wysmarować masłem i przełożyć do niej masę. Piec, aż się zarumieni. Ostudzić i pokroić w kostkę.