

Przepisy kulinarne Surinamu

Przystawki

Geogerie (wegetariańskie) dla 4 osób

500 g cieciora z puszki
1 cebula
4 ząbki czosnku
1 ostra papryka chili
1 łyżeczka mielonego kminu
sól, olej

posiekać czosnek, chili, cebulę pokroić w drobną kostkę, odsączyć cieciorę. Podsmażyć na oleju czosnek, chili i cebulę, dodać cieciorę, smażyć 8-10 min. ciągle mieszając. Doprawić solą i kuminem.

Kotlety mielone Djawa dla 4 osób (15–20 szt.)

2 ugotowane manioki
125 g mielonego mięsa
½ posiekanej zielonej papryki chili
1 łyżeczka soli
1 łyżeczka przecieru pomidorowego
1 posiekana cebula
2 rozgniecione ząbki czosnku
2 roztrzepane jajka
olej

Rozgnieść maniok, wymieszać mięso mielone z chili, solą i koncentratem pomidorowym. Rozgrzać olej, zeszklić cebulę, czosnek, dodać mięso mielone, przesmażyć i zostawić do ostygnięcia.

Mięso wymieszać z maniokiem i jajkami. Uformować kulki, smażyć na oleju na brązowo, odsączyć na ręczniku papierowym.

Salaty

Salatka ziemniaczana z burakami dla 4 osób

250 g gotowanego kurczaka (opcjonalnie)
1 mała słoik słodko kwaśnych buraków
6 zimnych, ugotowanych kartofli
1 kwaśne jabłko
2 łyżeczki marynowanych cebulek
4 ogórki konserwowe
1 cebula
Majonez
Pieprz, sól
Mieszanka ziół

Pokroić w kostkę: buraki, kartofle, cebulki, ogórki, cebule, jabłko i mięso z kurczaka. Dodać wymieszany z ziołami majonez. Doprawić solą.

Salatka z manioku

2 manioki
1 łyżeczka oleju
½ pokrojonej w kostkę cebuli
1 pokrojona papryka chili
1 seler naciowy
150 g zielonej fasolki
250 g dyni
1 łyżeczka cukru
Sok z 1 cytryny
1 ogórek
2 pokrojone czerwone cebule
Biały ocet winny
6 łyżeczka majonezu
1 pokrojona czerwona papryka
4 ogórki kiszane
Sól, pieprz

Pokroić maniok w kostkę i ugotować w osolonej wodzie. Na oleju zeszklić cebulę i chili, dodać seler, Ugotować zieloną fasolkę. Wszystkie składniki wystudzić i wymieszać. Dynię zetrzeć i wymieszać z cukrem i sokiem z cytryny. Ogórki obrać, wyjąć pestki i pokroić w kostkę. Czerwoną cebulę posolić, zalać octem i wymieszać, odstawić na 30 min. odcedzić dynię i cebulę, wymieszać wszystkie składniki.

Zupy

Zupa z orzeszków ziemnych dla 4 osób

350 g niewolonych orzeszków ziemnych
2 łyżki oleju z orzeszków ziemnych
¼ łyżki zmielonego imbiru
¼ łyżka sosu sambal
Pieprz, sól

Wszystkie składniki rozdrobnić w malakserze, na masło orzechowe.

2 pęczki włoszczyzny
2 obrane pomidory
200 g pokrojonej w kostkę marchwi
Nać selera
4 szt. ziela angielskiego
1 pokrojona cebula
1 papryka chili
3 goździki

1 liść laurowy
2 l wody

Ze składników ugotować wywar warzywny (gotować ok. 1 godz.), odcedzić. Zagotować wywar. Wymieszać z masłem orzechowym. Gotować, aż zgęstnieje.

Zupa dyniowa na ostro

0,5 kg dyni pokrojona w kostkę
2 cebule
5 ząbków czosnku przepuszczonego przez praskę
2-3 łyżki śmietany 18%
1 łyżka octu winnego
1 łyżka miodu
1/4 torebki kminku
kawałek świeżego imbiru
oliwa lub olej do smażenia
2 kostki rosółowe z liściem laurowym lub inne

Cebulę i czosnek przesmażamy na oliwie dodajemy połowę porcji dyni. Dusimy do miękkości, dodajemy ocet i miód. Wszystko miksujemy. Do drugiej połowy dyni dodajemy kminek, kostkę rosółową i gotujemy do miękkości. Obie części łączymy i miksujemy, doprawiamy świeżo utartym imbirem, można dodać troszkę chili, 2-3 łyżki śmietany. Według uznania można dodać jeszcze miodu i imbiru. Zupa powinna mieć konsystencję kremową o słodko imbirowym smaku. Podajemy z grzankami, groszkiem ptysiowym lub startym żółtym serem

Chakalaka

4 cebule cukrówki
4 ząbki czosnku
½ paczka szczypiorku
2 łyżki oleju słonecznikowego
1 pęczek pietruszki
½ łyżeczki mielonej gałki muszkatołowej
Szczypta zielonego pieprzu
Szczypta brązowego cukru
1 łyżka octu balsamicznego
150 ml wody
2 marchewki
2 szt. papryki, czerwona, żółta i zielona
1 czubata łyżka wazowa różyczek brokułów
3 pomidory
½ łyżeczki tymianku
Szczypta oregano
Szczypta soli
Szczypta cukru
1 ½ l buliony drobiowego
1 łyżeczka mielonego kardamonu
½ łyżeczki mielonego cynamonu

Szczypta czarnuszki mielonej
2 łyżki sosu sojowego
2 łyżki soku z cytryny
1 średni kartofel
30 ml białego wytrawnego wina
250 g piersi z kurczaka
1 szalotka
4 suszone śliwki
½ łyżeczki świeżego startego imbiru
1 średnie jabłko
1 łyżki posiekanych orzeszków piniowych
2 łyżki mięty cytrynowej
150 g kwaśnej śmietany

Posiekać cebulę cukrówkę, czosnek, pietruszkę, szczypiorek. Do garnka wlać 3 łyżki oleju słonecznikowego, dodać posiekane składniki i natkę pietruszki, szczyptę gałki muskatołowej, zielony pieprz, brązowy cukier, ocet balsamiczny, podlać 150 ml wody, podgrzać i odstawić do ostygnięcia.

Pokroić marchew, paprykę i brokuły. Poddusić z obranymi pomidorami, resztą gałki muskatołowej, tymiankiem, oregano, solą, cukrem, zalać bulionem drobiowym i gotować około 5 minut. Dodać kardamon, cynamon i czarnuszkę, sos sojowy i sok z cytryny. Dodać pokrojony w kostkę kartofel, białe wino, gotować wszystko około 10 minut.

Dania główne mięsne

Moki Alesi dla 4 osób

250 g solonej wołowiny lub 1 puszka peklowanej wołowiny
300 g ryżu długo ziarnistego
2 cebule
2 łyżki oleju
2 ząbki czosnku
1 papryka chili
1 kawałek 3 cm imbiru
1 łyżka kurkumy
100 g pasty pomidorowej
600 ml bulionu rybnego lub cielęcego
1 puszka czerwonej fasoli
250 g krewetek tygrysich
1 pak choi

Gdy używamy solonej wołowiny, kroimy ją w kostkę i gotujemy w wodzie przez 20 minut, odcedzamy i osuszamy. Pokroić i zeszklić cebulę. Wołowinę, czosnek, chili i imbir drobno pokroić, dodać kurkumę do cebuli i delikatnie gotować przez 1 min. Pastę pomidorową wymieszać z ryżem i zalać bulionem, gotować około 10 min. Dodać czerwoną fasolę, pokrojone w paski pak choi i krewetki i podgrzewać, aż krewetki będą ciepłe.

Nasi Goreng dla 4 osób

500 g ryżu długo ziarnistego
400 g filetu z piersi kurczaka
2 kielbaski
1 duża cebula
5 ząbków czosnku
3 kawałki selera naciowego
1 łyżeczka białego i czarnego pieprzu
1 łyżeczka startego imbiru
2 łyżki sosu sojowego
2 łyżki wywaru instant
4 łyżki oleju
½ szklanki wody

Przez 25 min. gotować filet z kurczaka w wodzie z łyżką wywaru, selerem i 1 zębkiem czosnku, następnie pokroić na małe kawałki. Kielbaski drobno pokroić i dodać do mięsa. Cebulę i selera pokroić w kostkę, czosnek rozgnieść. Cebulę i czosnek podsmażyć, dodać mięso z kielbasą. Następnie dodać pozostałe składniki, przyprawy i ½ szklanki wody, i dusić 3 min. Połowę mięsa zostawić w woku, dodać ryż, wymieszać. Gdy ryż będzie brązowy dodać resztę mięsa i wymieszać.

Uwaga: zamiast mięsa można użyć tofu w wersji wegetariańskiej.

Kurczak po surinamsku

dla 4 osób

60 g cukru trzcinowego
35 g papryki w proszku
35 g soli morskiej
1 łyżeczka cebuli w proszku
2 łyżeczki czosnku granulowanego
1 łyżeczka pieprzu cayenne
2 łyżki mielonego pieprzu
Wszystkie składniki dokładnie wymieszać palcami.
4 uda z kurczaka
6 łyżek sporządzonej mieszanki
4 łyżki sosu sojowego
1 cytryna

Udka polać sokiem z cytryny, opłukać wodą, zrobić w nich kilka dziurek. Natrzeć najpierw mieszanką ziół, potem sosem sojowym. Przykryć folią spożywczą i odstawić na 4 godziny. Grillować lub upiec w piekarniku (180 stopni).

Warzywa

Duszona dynia dla 4 osób

1 kg dyni
2 ząbki czosnku
1 pomidor
1 ½ cebuli
2 łyżeczki wywaru instant
Sól, pieprz
5 łyżek oleju

Pokroić w kostkę dynię, cebulę, czosnek i pomidora. Rozgrzać olej, podsmażyć cebulę i czosnek, dodać pomidora, krótko podsmażyć. Dodać dynię, sól, pieprz i wywar, dusić pod przykryciem przez 10 min. Dobrze wymieszać i dusić bez przykrycia, aż odparuje płyn, doprawić pieprzem.

Desery

Krem z avocado

5 avocado
Sok z 2 cytryn
½ łyżeczki mielonej kolendry
Sok z 3 pomarańczy
50 g bitej śmietany
3 czubate łyżki cukru pudru
Trochę likieru Cointreau

Avocado zmiksować na mus, dodać sok z cytryny i kolendrę. Dodać sok z 1 pomarańczy i 1 łyżkę bitej śmietany. Obrąć pomarańcze na cząstki (bez błon), włożyć do miski, dodać startą skórkę z pomarańczy, dodać cukier puder, wymieszać, dodać resztę śmietany. Na koniec dodać likier, wymieszać. Dekorować miętą.

Baka bana dla 4 osób

3 duże banany
100 g mąki pszennej
1 łyżka proszku do pieczenia
175 ml wody
1 łyżka cukru
Szczypta soli
Olej do smażenia

Banany pokroić w grube plasterki, z reszty składników zrobić ciasto, dodać banany. Obtaczać plastry w cieście i smażyć na oleju, odsączyć na ręczniku papierowym. Serwować ciepło.

Napoje

Ginga biri 2 litry

200 g Świeżego imbiru
2 l wody
150 g białego cukru
10-15 goździków
1 łyżeczka soku z limonki
1 łyżeczka esencji migdałowej

Zagotować wodę z cukrem, dodać imbir i gotować 10-15 minut. Zestawić z kuchenki dodać goździki, sok z limonki i esencję migdałową, wymieszać. Ostudzić i przecedzić przez sito. Przechowywać w lodówce.

Napój mango dla 4 osób

4 mango
2 łyżki cukru
½ l wody
3 łyżki soku z cytryny

Obrać mango i zmiksować, dodać wodę, cukier i sok z cytryny, wymieszać i ostudzić, Serwować z lodem.

Ciasto

Blokmout 1 foremka

400 g mąki pszennej
200 g cukru
125 g masła
1 kokos z wodą
2 łyżeczki proszku do pieczenia
½ łyżki cynamonu
½ łyżki wody różanej
½ łyżki aromatu waniliowego

Otworzyć kokos, odlać wodę, zetrzeć miąższ. Z kokosa, wody i pozostałych składników zrobić ciasto. Przełożyć do formy, piec w 175°C, grzanie góra i dół przez 45 min aż się zarumieni.