

Nasi Goreng: Gebratener Reis nach indonesischer Art

VORBEREITEN

30
Min.

ZUBEREITEN

25
Min.

NIVEAU



150 g Pak Choi (alternativ ein anderes asiatisches Kohlgemüse)
2 Esslöffel Öl
1/2 Teelöffel Palmzucker
1 Esslöffel Austernsauce

Besonderes Zubehör

Wok
Holzspieße
Mixer

Ich saß im letzten Urlaub in einem schummrigen Imbiss, in Balis Hauptstadt Denpasar. Über mir eine nackte Glühbirne. Vor mir ein Wachtischtuch mit undefinierbaren Flecken. Und während ich noch überlege, ob ich das Besteck kurz mit Desinfektionsspray einnebeln soll, tischt die gut gelaunte Hausmutter auf: Nasi Goreng!

Gebratener Reis ist immer dabei. Aber das Drumherum gestaltet jede indonesische Familie ein bisschen anders. Gedünstetes Gemüse, ein Spiegelei, Satéspieße plus Erdnusssauce und natürlich die pikante Reismischung aus dem Wok. Wer gerne knabbert, packt auch noch ein paar Krabbenchips dazu.

- 1 -

Für die Reispfanne Basmatireis gründlich waschen und mit Wasser in einen Topf geben. Kurz aufkochen lassen, Hitze reduzieren, mit einem Deckel abdecken und 12-15 Minuten quellen lassen. Vom Herd nehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Reis auf einer großen Platte verteilen und auskühlen lassen.

- 2 -

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Öl

Zutaten für 2 Portionen

Für den Reis

150 g Basmatireis
225 ml Wasser
2 Esslöffel Sonnenblumenöl
2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
1 rote Chili
2 Esslöffel Kecap Manis
2 Teelöffel Honig
2 Eier
2 Frühlingszwiebeln
Pfeffer

Für die Satéspieße

150 g Hähnchenbrustfilet
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
1 Esslöffel Kecap Manis
1/2 Teelöffel Kurkuma
1/4 Teelöffel gemahlener Koriander
2 Macadamianüsse
1/4 Teelöffel Galangal (optional)
Salz, Pfeffer
4 Esslöffel Satésauce (aus dem Glas)
2 Esslöffel Sonnenblumenöl

Für das Gemüse

Nasi Goreng: Gebratener Reis nach indonesischer Art

im Wok erhitzen. Knoblauch ca. 1 Minute anbraten.
Ingwer, Chili und Frühlingszwiebeln hinzufügen und 2-3
Minuten anschwitzen. Mit Kecap Manis, Honig und
Pfeffer würzen.

- 3 -

Für die Satéspieße Hähnchenbrustfilet in längliche, breite
Streifen schneiden. Ingwer schälen und fein reiben.
Ingwer mit Kecap Manis, Kurkuma, Koriander,
Macadamianüssen und Galangal in den Mixer füllen und
fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Hähnchen mit dem Mix einreiben und auf
Schaschlikspieße spießen. In Öl ca. 5-8 Minuten anbraten,
dabei regelmäßig wenden.

- 4 -

Pak Choi putzen, Strunk entfernen und in Streifen
schneiden. In heißem Öl 2-3 Minuten anbraten. Mit
Palmzucker und Austernsauce würzen.

- 5 -

Eier aufschlagen und vorsichtig in eine heiße Pfanne
gleiten lassen. Spiegeleier ca. 3-4 Minuten braten.
Zusammen mit Reis, Satéspieße, Satésauce und Gemüse
auf Teller verteilen.