

Satay

Rozšířený průvodce - přesně 3 strany



Satay je způsob přípravy, ne jediná omáčka

Indonéské sate má mnoho podob. Domácí recept vychází ze sate ayam: malé kousky marinovaného kuřete se rychle grilují na špízech a podávají s arašídovou nebo sladkou sójovou omáčkou.

Rozhodovací tabulka

Situace	Správná volba
Maso se pálí	Snižte žár nebo přesuňte špízy na méně horkou část; sladká marináda rychle karamelizuje.
Maso je bledé	Gril nebyl dost rozpálený nebo je přeplněný. Opékejte v menších dávkách.
Omáčka je hustá	Po lžících přidejte horkou vodu nebo kokosové mléko.
Omáčka se odděluje	Stáhněte teplotu a rozmíchejte ji metličkou. Nevařte prudce.

Příprava před grilem

- Bambusové špízy namočte alespoň na 30 minut.
- Kuřecí stehna krájejte na kousky 2,5 až 3 cm.
- Marinádu rozdělte před kontaktem se syrovým masem, pokud jí chcete špízy potírat.
- Připravte čistý talíř a náčiní pro hotové maso.

Volba masa

Kuřecí stehna snášejí vysokou teplotu lépe než prsa a zůstávají šťavnatější. U prsou zmenšete kousky jen mírně, grilujte krátce a teplotu kontrolujte bez prodlevy.

Vyvážení chuti

- Ketjap manis přidává sladkost a pomáhá zhnědnutí.
- Rybí omáčka dodává sůl a umami; přidávejte ji po malých dávkách.
- Limetová šťáva odlehčí tučnou arašídovou omáčku.
- Sambal dávkujte zvlášť, aby pálivost nepřekryla marinádu.

Recept pro 6 porcí



Suroviny

- 900 g vykostěných kuřecích stehen bez kůže, nakrájených na kousky 2,5 až 3 cm
- 2 stonky citronové trávy, 3 stroužky česneku a 20 g zázvoru
- 2 lžíce ketjap manis, 1 lžíce rybí omáčky a 1 lžíce neutrálního oleje
- 1 lžička mletého koriandru, 1/2 lžičky kurkumy a 1/2 lžičky chilli
- 20 až 24 bambusových špízů namočených 30 minut ve vodě
- 200 g arašídového másla, 250 ml kokosového mléka a 1 lžíce ketjap manis na omáčku
- 1 lžíce rybí omáčky, 1 až 2 lžičky limetové šťávy a chilli podle chuti na omáčku
- okurka, šalotka, limeta a rýže nebo ketupat k podávání

Osm kroků

1. Nakrájejte maso - Kuřecí stehna nakrájejte na stejné malé kousky. Prsa lze použít, ale při grilování rychleji vysychají.
2. Připravte marinádu - Citronovou travu, česnek a zázvor nasekejte najemno. Smíchejte s ketjap manis, rybí omáčkou, olejem a kořením.
3. Marinujte v chladu - Maso promíchejte s marinádou, zakryjte a uložte na 2 až 4 hodiny do lednice.
4. Napíchněte špízy - Maso navlékněte volně, aby se teplo dostalo mezi kousky. Konce špízů nechte jako držadla.
5. Uvařte omáčku - Arašídové máslo, kokosové mléko, ketjap manis a rybí omáčku prohřejte. Limetu přidejte až po odstavení.
6. Rozpalte gril - Rošt potřete olejem a zahřejte na vysokou teplotu. Špízy vkládejte až na opravdu rozpálenou plochu.
7. Grilujte krátce - Opékejte přibližně 3 až 4 minuty z každé strany. Otáčejte, až vznikne zlatohnědé opečení.
8. Zkontrolujte a podávejte - Kuře musí v nejsilnějším místě dosáhnout 75 °C. Podávejte ihned s teplou arašídovou omáčkou a čerstvými doplňky.

Bezpečná práce s kuřetem

Syrové kuře držte odděleně od hotového jídla. Použitou marinádu bez důkladného provaření nepodávejte. Hotové maso musí v nejsilnějším místě dosáhnout 75 °C.

Suroviny s přímými odkazy



Lobo Marináda Satay 100 g

<https://www.tasteofasia.cz/p/marinada-satay-100-g>

Lobo Pasta na omáčku Satay 50 g

<https://www.tasteofasia.cz/p/pasta-na-omacku-satay-50-g>

A-Merk Sladká sojová omáčka Ketjap Manis 250 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/sladka-sojova-omacka-ketjap-manis-250-ml>

Chaokoh Kokosové mléko 18% 250 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/kokosove-mleko-chaokoh-18-250-ml>

PCD Arašídové máslo 350 g

<https://www.tasteofasia.cz/p/pcd-arasidove-maslo-350-g>

Nejčastější chyby

- Velké nestejně kusy: část masa je hotová a část stále syrová.
- Přeplněný gril: špízy se dusí a nezískají opečený povrch.
- Příliš sladké potírání od začátku: cukr zčerná dříve, než se maso prohřeje.
- Prudce vařená arašídová omáčka: tuk se oddělí a struktura zhrubne.

Podávání

- S arašídovou omáčkou, okurkou, šalotkou a limetou.
- S ketupatem, rýží nebo jednoduchým okurkovým salátem.
- Sambal podávejte zvlášť, aby si každý upravil pálivost.

Alergeny a náhrady

Arašídová omáčka obsahuje arašídý. Ketjap manis obvykle obsahuje sóju a podle výrobku také lepek; rybí omáčka obsahuje ryby. Při náhradách vždy zkontrolujte etiketu konkrétního výrobku a dochucujte znovu po malých dávkách.

Uložení jednotlivých částí

Špízy rychle zchladte a uložte odděleně od omáčky a čerstvých příloh. Při ohřevu maso prohřeje rovnoměrně; omáčku zahřívejte pomalu a podle potřeby zředte.