Aromatisches Saté
Sate Wangi

Sate Wangi ist eine Variante von Saté, einem beliebten Gericht aus Südostasien, insbesondere Indonesien und Thailand. Saté besteht aus marinierten Fleischspießen, die gegrillt und oft mit einer Erdnusssauce serviert werden.
Die Erdnusssauce, auch Satay-Sauce genannt, ist besonders cremig und reichhaltig. Sie wird aus Zutaten wie Erdnussbutter, Kokosmilch, Sojasauce, Limettensaft und verschiedenen Gewürzen hergestellt. Diese Sauce passt hervorragend zu den gegrillten Fleischspießen und verleiht ihnen einen unverwechselbaren Geschmack.

Herkunft: Indonesien
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 3 Stunde(n)
Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
500 g Hähnchenbrust
5 EL Erdnussöl
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
Für die Marinade
7 Schalotten
1 Stange(n) Zitronengras
3 Blätter Kaffirlimette
2 TL Koriander
½ TL Kreuzkümmel
1 EL Palmzucker
Für die Sauce
3 Zehen(n) Knoblauch
200 g Erdnüsse
250 ml Kokosmilch
1 TL Sambal Oelek
2 EL Palmzucker
2 Blätter Kaffirlimette
3 EL Ketjap manis
1 Zitrone(n) ausgepresst
1 Prise Salz
Für die Garnitur
2 EL Ketjap manis
1 Schalotte


Aromatisches Saté

Vorbereitung
Alle Zutaten für die Marinade im Mixer pürieren. Das Fleisch in etwa 2 x 2 cm große Würfel

© 2026 coquina.de

schneiden, salzen, pfeffern und 2 bis 3 Stunden marinieren. Für die Erdnusssauce den Knoblauch schälen und zusammen mit den Erdnüssen zermahlen. Den Knoblauch und die Erdnüsse mit den übrigen Zutaten für die Sauce in einen Topf geben und unter Rühren köcheln lassen, bis es gut eindickt. Mit Kecap Manis abschmecken. Wird die Sauce zu dick, einfach mit etwas Wasser verdünnen. Die Schalotte für die Garnitur schälen und in feine Ringe schneiden.

Zubereitung

Jeweils fünf Fleischstückchen auf Holz- oder auf Bambusspießchen stecken und grillen. Wenn Sie dies im Backofen zubereiten, heizen Sie ihn vor und legen Sie die Spießchen bei 225 °C Oberhitze auf den Grillrost. Von jeder Seite 2 bis 3 Minuten grillen. Zum Servieren die Erdnusssauce mit Kecap Manis beträufeln und Schalottenringe darüber geben.

© 2026 coquina.de