

Mango-Confit

1 große Mango reicht als Vorspeise für 4-5 Personen.

Mango schälen, Mangofleisch in kleine Würfelchen schneiden. Ingwer in klitzekleine Stückchen schneiden, Chilischote genauso klein schneiden wie den Ingwer.

Ingwer hat viele gesundheitsförderliche Inhaltsstoffe, hat eine stark reinigende Wirkung (Desinfektion) und wird deshalb oft zu rohen Gerichten, z.B. zu Sushi empfohlen. In Verbindung mit Knoblauch potenziert sich die Wirkung des Ingwers um ein Vielfaches. Außerdem verliert sich der Knoblauchgeruch in der „Spätwirkung“.

Grüne Currypaste ist die schärfste, rote ist mittelscharf, gelbe ist am mildesten.

Gelbe Currypaste in Topf geben und in Öl anbraten (wer möchte, kann auch noch Schalotten dazugeben. A.K. mag's lieber ohne, löscht auch nicht – wie mancher – mit Geflügelbrühe ab – damit Geschmack fruchtiger bleibt.)

Ingwer und Chili zugeben, leicht durchrösten, Mangostücke dazu. Etwas aufköcheln lassen (ca. 5 Minuten). Ab und zu ein wenig durchrühren. Etwas Preiselbeeren oder – falls nicht vorhanden – schwarze Johannisbeer-Marmelade zugeben. Gern erst etwas weniger und erst unterrühren, Farbe darf nicht zu dunkel werden.

Chutney ist so weit verkocht, dass es fast schon geleeartig wirkt. Beim Confit sind noch reichlich Stücke vorhanden.

Saté-Spieße

Hähnchenbrust schräg von oben schneiden (gerade Schnitte hätten zu kurze Fasern und damit keine schöne Oberfläche für Spieße. Die schrägen Scheiben ergeben glatte Oberflächen).

Fleisch würzen mit Salz und Pfeffer (nur von einer Seite, weil Fleisch sehr dünn ist, sonst würde es schnell zu viel Gewürz sein).

Da wir das Mango-Confit mit Chili gewürzt haben, das Fleisch jetzt nicht zu stark würzen. Bei anderen Gelegenheiten kann hier auch Chili dazu, evtl. etwas Honig und Mandeln oder Haselnüsse, je nach Geschmack oder etwas Kokosflocken oder Kokosmilch.

Saté wird immer wellenförmig auf Spieß gesteckt. Würde man Fleisch glatt draufstecken, wäre Fleischoberfläche, die den Grill berührt, sehr groß, dann sehr schnell trocken. Daher wellenförmig draufstecken, dann wird Oberfläche kleiner und Fleisch bleibt saftiger.

Fertig gesteckte Saté-Spieße kurz in Kokosmilch legen.

Pfanne mit Öl erhitzen, wenn gewünscht den Zwiebel-, Ingwer- und Chilianschnitt kurz mitbraten. Saté-Spießchen in der Pfanne von beiden Seiten leicht anbraten (oder kurz auf Grill legen). Lauwarm (oder kalt) mit Mango-Confit servieren.