

Nasi Goreng-indonesisch

Den Reis am Vortag festkörnig kochen und in den Kühlschrank stellen.

Die Zwiebel und die Knoblauchzehen fein hacken. Den Lauch waschen und in feine Streifen schneiden. Die Paprika entkernen, waschen und in Streifen schneiden. Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden.

Das Fleisch waschen und in feine Streifen schneiden.

Die Garnelen oder Krabben abtropfen lassen.

Das Öl in der Pfanne oder Wok erhitzen. Das Fleisch hinzufügen und scharf anbraten. Die Zwiebeln und den Knoblauch zufügen und das restliche Gemüse hinzufügen und mitdünsten (man kann auch fertige Tiefkühl Asien-Gemüsemischungen verwenden). Den gekochten Reis hinzufügen. Die Garnelen oder Krabben und den Koriander hinzufügen.

Zum Schluss mit der Sojasauce und dem Sambal Olek abschmecken.

Dazu passen Kroepoek (Krabbenchips).

Wer mag, kann nach Bedarf noch mit Sojasauce und dem Sambal Olek (vorsichtig) nachwürzen.

Zutaten für 10 Portionen:

- 1 Kg Reis, gegart (Patnareis), vom Vortag
- 750 g Schweinefleisch oder Putenfleisch
- 5 Zehen Knoblauch
- 300 g Sojasprossen
- 5 Peoeroni rot
- 3 Zwiebeln
- 3 Stangen Lauch
- 5 grosse Karotten
- 500 g Bohnen oder Kefen
- 2 Bund Koriander frisch, oder 1 TL gemahlen
- 200 g Garnele(n) oder Krabben
- 2.5 TL Sambal Olek
- 7 DL Sojasauce, süß
- Salz
- Pfeffer, aus der Mühle
- 5 EL Öl, neutral

