

## Fűszeres marhanyárs Baliról, zöldséges rizzzel és házi csiliszósszal



### Hozzávalók

a fűszeres marhanyársához:

ujjnyi darab indiai citromfű (miután ez nehezen beszerezhető, lehet helyette 1 citrom vagy 1 zöld citrom reszelt héja is),

kisujjnyi darab friss gyömbér, 4 gerezd fokhagyma, 4 piros csilipaprika (lehet Erős Pista is), 2 kg darált marhahús (lehetőleg zsírosabb darab), 15-30 dkg sertésszár, 40 dkg frissen reszelt kókuszdió (3 kókusz belseje, szárított kókuszreszeléssel ne is próbálkozzunk!), 2 evőkanál valódi barnacukor (nádcukor), 1 csapott evőkanál só, 1 csapott kiskanál őrölt fekete bors

a sütéshez: 6-8 evőkanál olaj

a csilis fűszerkeverékhez:

7 piros csilipaprika, 7 gerezd fokhagyma, 7 salottahagyma, 20-40 dkg hámozott kockázott konzervparadicsom (a fele passzírozott lé, a másik fele kockázott paradicsom), 2 evőkanál barnacukor, 2 evőkanál rákpaszta (esetleg kagylószósz), 1 csapott evőkanál só, fél evőkanál őrölt fekete bors

a házi csiliszószhoz:

80 dkg hámozott kockázott konzervparadicsom (a fele passzírozott lé, a másik fele kockázott paradicsom), 5-6 evőkanál csilis fűszerkeverék, 2 evőkanál barnacukor, 1 evőkanál

rákpaszta, fél evőkanál só, 2-3 evőkanál sötét (édes) szójaszós

a sült zöldséges rizshez (nasi gorenghez):

80 dkg jázminrizs, 8 evőkanál olaj, 2 púpozott kiskanál só, 30-30 dkg megtisztított sárgarépa és fejes káposzta, arasznyi (10 dkg) póréhagyma, 4 tojás, 4 gerezd fokhagyma, fél kiskanál őrölt fekete bors, 3 evőkanál csilis fűszerkeverék, 4 evőkanál szezámolaj, 7 evőkanál sötét (édes) szójaszós, 6 evőkanál világos (sós) szójaszós

1. A csilis fűszerkeverékhez a csilipaprikát, a megtisztított fokhagymát és salottahagymát főszeleteljük. Turmixgépbe, gyorsvágógépbe (kutterbe) vagy Thermomixbe szórjuk. A hámozott kockázott konzervparadicsomot, a barnacukrot, a rákpasztát, a sót és a borsot hozzáadjuk. Kb. 10 másodperc alatt durvára aprítjuk. Ennek nem kell pépesnek lennie, akkor jó, ha durván darabos.
2. A házi csiliszósszal a hámozott kockázott konzervparadicsomot a csilis fűszerkeverékkel, a barnacukorral, a rákpasztával, a sóval és a sötét (édes) szójaszósszal kb. 20 másodperc alatt simára turmixoljuk.
3. A sült zöldséges rizshez (nasi gorenghez) a rizst 4 evőkanál olajon kevergetve megforrósítjuk, 1 púpozott kiskanál sóval ízesítjük, majd ráöntünk valamivel kevesebb mint 1,5 liter forrásban lévő vizet. lefödve főzzük, majd a mikor a tetejéről láthatóan elfőtt a folyadék, a tűzről lehúzzuk, lefödve félretesszük, hogy a rizs a keletkező gőzben megpuhulhasson. nagy serpenyőben 4 evőkanál olajat megforrósítunk, a kissé felvert tojást ráöntjük, lepényként megsütjük, majd fakanállal kisebbre tördeljük, közben a zúzott fokhagymát is hozzáadjuk. A rizst belekeverjük, a borssal, a csilis fűszerkeverékkel, a szezámolajjal és a kétféle szójaszósszal ízesítjük, 1 kiskanál sóval ízesítjük. A vékony csíkokra vágott zöldséget hozzáadjuk, melyek a forró rizsben pár perc alatt roppanásra puhulnak. Közben keverve-rázogatva egy kicsit pirítjuk az egészet.
4. A citromfű külső zöld burkát lefejtjük (hasonló a művelet, ahhoz amikor az újhagymát tisztítjuk), majd belső fehér részét finomra vágjuk. Ha citromhéjat használunk, akkor a citromot jól megmossuk, héját levágjuk, belső fehér bundáját lefejtjük, a sárga részt pedig finomra aprítjuk. A gyömbért hámozás után finomra aprítjuk, ahogyan a fokhagymát és a kicsumázott csilipaprikát is. A marhahúst az iménti fűszerekkel, a zsírral, a frissen reszelt kókusszal, a barna cukorral, a sóval és borssal alaposan összedolgozzuk. A masszából megolajozott nyársak vagy kihegyezett hurkapálca köré annyit halmozunk, hogy nagyjából 12 centi hosszú, 2,5 centi vastag, csinos kis húsrudacsok legyenek. Ebből a mennyiségtől 20-24 nyárs süthető.
5. Amikor a rostély már kellően forró és a faszén csak parázslék alatta, a nyársakat olajjal körbekenve rárakjuk. 3 percnyi sütés után teljesen átfordítjuk a másik oldalára, itt is 3 percig sütjük. Most 90 fokkal elfordítva 1,5-2 percig, majd a még egyetlen sületlen oldalát (ami ekkor éppen felül van) ugyanennyi ideig sütjük. Közben olajjal folyamatosan

## Fűszeres marhanyárs Baliról, zöldséges rizzsel és házi csiliszósszal

kenegetjük. Természetesen süthetjük serpenyőben, megforrosított olajon is, itt oldalanként 2 perc a sütési ideje.

6. Tálaláskor a rizst tányérra halmozzuk, a forró nyársakat ráfektetjük, és a csinimártással körbelocsoljuk.

10 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 1228 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.