Sambal Oelek

Sambal

Kategorie

Gewürze, Würzmittel

Beschreibung



Sambal Oelek

Sambal Oelek ist eine Würzpaste aus Chili, Zitrone, Essig, Öl und weiteren Gewürzen. Wie beim Garam Masala gibt es unzählige Varianten des Sambal.Hierbei
variiert das Angebot von einfachen Pasten aus zerstoßenen Chilischoten bis hin zu aufwändig zubereiteten Mischungen mit zahlreichen Gewürzen. Große Beliebtheit erfreut sich auch das Sambal Trassi, mit Zwiebeln und zerkleinerten Garnelen zubereitet, oder das Sambal Nasi Goreng. Diese Würzmischung mit Zwiebeln, Chili ist speziell auf das indonesische Nationalgericht abgestimmt.
Sambal ist eine indonesische Chilisauce oder -paste, die typischerweise aus einer Mischung verschiedener Chilischoten mit sekundären Zutaten wie Garnelenpaste, Knoblauch, Ingwer, Schalotte, Frühlingszwiebeln, Palmzucker und Limettensaft hergestellt wird. Sambal ist ein indonesisches Lehnwort javanischen Ursprungs (sambel). Es hat seinen Ursprung in den kulinarischen Traditionen Indonesiens und ist auch ein wesentlicher Bestandteil der Küchen Indonesiens, Singapur, Malaysia, Brunei und Sri Lanka. Es hat sich auch über indonesische Bevölkerungsgruppen in Übersee in die Niederlande und nach Surinam ausgebreitet.
Verschiedene Sambal -Rezepte werden normalerweise als scharfe und würzige Gewürze für Gerichte serviert, wie Lalab (rohes Gemüse), Ikan Bakar (gegrillter Fisch), Ikan Goreng (gebratener Fisch), Ayam Goreng (gebratenes Huhn), Ayam Penyet (zerdrücktes Hühnchen), Iga Penyet (Rippen) und verschiedene Soto- Suppen. In Indonesien gibt es 212 Varianten von Sambal, von denen die meisten ihren Ursprung in Java haben.
Traditionelle Sambals werden mit traditionellen Werkzeugen wie Steinstößel und Mörser frisch hergestellt. Sambal kann roh oder gekocht serviert werden. In Indonesien gibt es zwei Hauptkategorien von Sambals: Sambal Masak (gekocht) und Sambal Mentah (roh). Gekochter Sambal wurde einem Kochprozess unterzogen, der zu einem ausgeprägten Geschmack und Aroma führte, während roher Sambal mit weiteren Zutaten vermischt und normalerweise sofort verzehrt wird. Sambal Masak oder gekochte Sambals sind in Westindonesien häufiger anzutreffen, während Sambal Mentah oder rohe Sambals in Ostindonesien häufiger anzutreffen sind.

Herkunft

Sambal Oelek wurde ursprünglich in Indonesien und Malaysia zubereitet.

Aroma

Je nach Zubereitungsart variiert das Aroma des Sambal von mild-scharf, süßlich bis brennend scharf.

Verwendung

Sambal Oelek ist in der südostasiatischen Küche eine Universalwürze für Fleisch-, Fisch- und Geflügelgerichte. Dabei wird die Würzpaste teelöffelweise in das Gericht gegeben und abgeschmeckt. Ebenso wird Sambal als Dipp für gekochtes und rohes Gemüse, gebratenes oder gegrilltes Huhn, andere Gerichte oder zu Reis serviert.

© 2026 coquina.de

Ist ein Gericht nach indonesischem Geschmack nicht pikant genug, kann sambal dies leicht und individuell korrigieren, und ist auch als Nachwürze auf der Basis scharfer Chili beliebig dosierbar.

Sorten von Chili

Die am häufigsten in Sambal verwendeten Chilisorten sind:

- Adyuma, auch Habanero genannt: ein sehr würziger, gelber und blockförmiger Pfeffer.

- Cayennepfeffer: ein glänzender, roter und länglicher Pfeffer.

- Madame Jeanette: eine gelb-hellgrüne, längliche, unregelmäßig geformte Chili.

- Vogelaugen-Chili, auf Javanisch auch Cabe Rawit genannt: ein sehr scharfer, grün-roter, länglicher Pfeffer mit einer Breite von etwa 10 Millimetern und einer Länge von 50 mm.

- Chilischoten, auf Javanisch Lombok genannt: eine milde, grün-rote, längliche Chili. Grüne Chilischoten sind milder als rote.

- Cabe taliwang: ein Pfeffer, der schärfer ist als der Vogelaugen-Chili und in seiner Schärfe dem Naga Jolokia ähnelt. Sein Name ist vermutlich der Ursprung, von dem die Insel Lombok oder »die Insel des Chilis« ihren Namen hat.

Sambal kann auch als Zutat für ein Gericht verwendet werden, das eine große Menge Chilischoten verwendet. Die Gerichte begannen mit dem Begriff Sambal Goreng, was »gebratene Sambal«-Gerichte bedeutet. Es bezieht sich auf gebratenes Sambal, gemischt mit bestimmten Zutaten wie Sambal Goreng Kentang (Kartoffel), Sambal Goreng Hati (Leber), Sambal Goreng Krechek (Kuhhaut), Sambal Goreng Teri (Sardelle) usw. In der Padang-Küche begannen alle Gerichte mit Balado (wörtlich: mit Chili).

Einkauf / Aufbewahrung

Sambal Oelek findet man als Fertigprodukt im Glas mittlerweile in jedem Supermarkt. Eine größere Auswahl wird im Asienladen angeboten.
Selbst hergestelltes Sambal Oelek hält sich im Kühlschrank gut verschlossen bis zu zwei Wochen. Fertig gekauftes Sambal kann gut verschlossen bis zu vier Monate im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Ersatz

Verwenden Sie statt Sambal Oelek frische Chilischoten und etwas Palmzucker.

Geschichte

Sambal wird oft als scharfes und würziges indonesisches Relish beschrieben. Allerdings stammt sein Hauptbestandteil, Chilischote der Gattung Capsicum, nicht aus Südostasien, sondern aus Amerika. Zu den in Sambal-Rezepten häufig verwendeten Varianten gehören Cayennepfeffer und Vogelaugen-Chili (beides Sorten von Capsicum annuum). Diese Varianten stammen aus der westlichen Hemisphäre und wurden im 16. Jahrhundert von portugiesischen und spanischen Seeleuten während des kolumbianischen Austauschs auf dem indonesischen Archipel eingeführt.
Historiker vermuten, dass vor der Einführung der Paprika aus Amerika im 16. Jahrhundert Cabya in Java häufig als scharfes Gewürz verwendet und angebaut wurde. Cabya wird in Java immer noch verwendet, aber die überwältigende Beliebtheit der Paprikapflanze verdrängte schließlich den Konsum von Cabya, bis es nur noch in traditionellen Kräutermedikamenten und bei der Herstellung von Jamu (traditionelles javanisches Kräutergetränk) verwendet wurde. Heutzutage gilt die Pflanze als selten.

© 2026 coquina.de