Sate-Spiesschen
Muh Saté

Muh Saté, auch bekannt als Muu Satay, ist ein indonesisches und thailändisches Gericht, das aus mariniertem Schweinefleisch besteht, das auf Spießen gegrillt wird. Die Marinade enthält oft Zutaten wie Kurkumapulver, Koriandersamen, Kreuzkümmel, Palmzucker und Kokosmilch. Diese Kombination verleiht dem Fleisch einen aromatischen und leicht süßlichen Geschmack. Die Spieße werden oft mit einer cremigen Erdnusssauce serviert, die aus gerösteten Erdnüssen, Kokosmilch, Currypaste und verschiedenen Gewürzen besteht.

Herkunft: Indonesien
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 1 Stunde(n)
Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Schweinefleisch
150 g Erdnüsse geröstet
2 cm Galgant
1 Stange(n) Zitronengras
1 TL Koriander
1 TL Kreuzkümmel
1 ½ TL Salz
½ TL Pfeffer schwarz
100 g Zucker
1 EL Madras Curry
400 ml Kokosmilch
2 EL Rote Currypaste
3 EL Öl
3 EL Palmzucker
250 ml Weinessig

Vorbereitung

Die Holzspießchen einige Stunden in Wasser einlegen. Das Schweinefleisch quer zur Faser so dünn wie möglich in Scheiben, dann in etwa 10 cm lange und 3 cm breite Streifen schneiden. Den Galgant schälen und klein hacken, das Zitronengras in dünne Scheiben schneiden. Beides zusammen mit dem Koriander und dem Kreuzkümmel im Mörser zerstampfen.

Zubereitung

Das Schweinefleisch damit würzen. ½ Teelöffel Salz, den Pfeffer, 1 Esslöffel Zucker, das Currypulver und 3 Esslöffel dicke Kokosmilch untermischen. Das Schweinefleisch mindestens 1 Stunde marinieren lassen und anschließend der Länge nach zieharmonikaartig auf die eingeweichten Spießchen stecken. Über Holzkohlenglut oder unter dem heißen Grill etwa 15 Minuten grillen. Die Spießchen alle 5 Minuten drehen und mit Marinade bepinseln. Für die Erdnuss-Sauce Die Erdnüsse im Mörser zerstampfen. Das Öl in einem kleinen Topf erhitzen. Die

© 2026 coquina.de

Currypaste kurz anbraten, die restliche Kokosmilch hineinrühren und etwa 1 Minute kochen lassen. Die Erdnüsse, den Palm- oder braunen Zucker, 1 Teelöffel Salz und 3 Esslöffel Essig hinzugeben und die Soße bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen, bis sie sämig ist.

© 2026 coquina.de