Tempeh süßsauer
Tempe asam manis

Tempe Asam Manis ist ein indonesisches Gericht, das aus Tempeh (fermentierten Sojabohnen) besteht, die in einer süß-sauren Sauce zubereitet werden. Die Sauce wird oft aus Zutaten wie Tamarinde, Zucker, Sojasauce, Knoblauch und verschiedenen Gewürzen hergestellt. Das Tempeh wird in Würfel geschnitten, frittiert und dann in der Sauce geschwenkt, bis es gut durchgezogen ist.
Dieses Gericht hat eine angenehme Balance zwischen süßen und sauren Aromen und wird oft mit Reis serviert.

Herkunft: Indonesien
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 5 Minuten
Zubereitungszeit: 30 dimension

Zutaten für 4 Portionen
450 g Tempeh
1 EL Tamarindenmark
250 ml Wasser
5 EL Palmzucker
3 EL Ketjap manis

Vorbereitung
Tempeh der Länge nach halbieren, in etwa 1 cm breite Streifen schneiden (das ergibt etwa 30 Stück).

Zubereitung
Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Tempehscheiben portionsweise bei mittlerer Hitze 2 bis 3 Minuten von beiden Seiten knusprig braten. Darauf achten, dass die Scheiben gut durchgebraten sind, denn nur dann verliert das Tempeh seinen leicht säuerlichen Geschmack. Fertiges Tempeh herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Wenn alle Tempehscheiben fertig sind, sollte nur noch wenig Öl in der Pfanne sein (evtl. nachgießen). Für die Sauce das Tamarindenmark in dem heißen Wasser einweichen, verrühren, bis das Wasser dick und braun wird, und durch ein Sieb streichen. Den Saft auffangen und mit dem Palmzucker und der süßen Sojasauce vermischen. Die Sauce in die Pfanne geben und köcheln lassen, bis die Sauce eindickt. Dann Tempeh mit in die Pfanne geben und vorsichtig mit der Sauce vermischen. Das Gericht heiß oder kalt servieren.

© 2026 coquina.de