



Erdnuss - Satay - Sauce

Die Zwiebel im Öl fünf Minuten weich dünsten, die Gewürze hinzugeben und unter Rühren zwei Minuten mitdünsten. Die Erdnüsse fein hacken und zusammen mit der Kokosmilch und dem Zucker hinzugeben. Bei reduzierter Hitze fünf Minuten köcheln, bis die Sauce eindickt. Mit dem Zitronensaft abschmecken. Wer die Sauce ganz glatt haben möchte, kann sie mit dem Pürierstab weiter verfeinern. Dazu schmecken gegrillte Fleischspießchen mit Huhn, Rind oder Schwein sowie Reis oder Brot.



Arbeitszeit	ca. 15 Minuten
Gesamtzeit	ca. 15 Minuten
Schwierigkeitsgrad	simpel
Kalorien p. P.	ca. 351

Zutaten für 8 Portionen:

160 g Erdnüsse, geröstet, ungesalzen

2 EL Öl

1 Zwiebel(n), gehackt

2 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt

2 TL Ingwer, frisch, geraspelt

½ TL Chilipulver

2 TL Curry

1 TL Kreuzkümmel, gemahlen

400 ml Kokosmilch

3 EL Zucker, braun

1 EL Zitronensaft

Rezept von: lissy