

サンバル ステイ ングレイ



GNEY JOURNEY

材料

2人前

- エシャロット 150g
- にんにく 75g
- 生姜 15g
- レモングラス 40g (ラフカット)
- 赤唐辛子 50g (ラフカット)
- 乾燥唐辛子 15g (水で戻して切る)
- トーストしたベラカン 15g
- タマリンドペースト 20g (大きじ3の水と混ぜ繊維を除く)
- 油 ½カップ
- パームシュガー 30g (粗粒)
- 塩 小さじ1/4
- アカエイのひれ 1ピース (400g - 500g) - 洗って塩を振りかける (身が厚い場合は2~3スリットを入れる)
- 塩 小さじ1/2
- バナナの葉 3~4枚
- カラマンシまたはライム 1個
- 赤玉ねぎ 1個 (薄切り)
- きゅうり ½ (スライス)

【ディップソース】

- チンチャロック (ブライニングエビ) 大きじ2~3
- スライスしたエシャロット2個
- 鷹の爪、スライス: 2~3本
- ライムジュース: 1個分

作り方

- 1.サンバルペーストのブレンド: ブレンダーで、シャロット、ニンニク、生姜、レモングラス、赤唐辛子、乾燥唐辛子、ベラカンを滑らかになるまで混ぜ合わせる。
- 2.サンバルペーストを炒める: 油で熱し、サンバルペーストを中火で香ばしく色が濃くなるまで炒める (約15分)。パームシュガーを追加し溶けるまで炒める。タマリンド水と塩を加え、油が分離するまで炒めます。必要に応じて調味料を加え調整する。日から降ろして冷ます。
- 3.アカエイを焼く: グリル鍋を温める。バナナの葉を鍋にしき油で軽く拭く。アカエイを白い面を上にして葉の上に置き、その上にサンバルをのせる。可能であればグリル鍋に蓋をして、70%-80%が調理されバナナの葉が焼かれるまでグリルする (厚さにもよるが約7分)。葉と魚を火から下ろす。新しいバナナの葉をグリル鍋に置き、油をまぶす。その上に魚を返しておき、その上にさらにサンバルを塗る。完全に火が通り、サンバルが焼け、わずかに焦げるまでグリルする (約6~8分)。
- 4.大皿に別の葉をしき、魚を返してのせる。上にさらにサンバルをスプーンでかけ、カラマンシー、赤玉ねぎ、きゅうりなどを飾る。

GJ