

COCINA INDONESIA

- [Generalidades](#)
- [Algunos condimentos utilizados](#)
- [Ayam Panggang \(Pollo a la parrilla al estilo de Indonesia\)](#)
- [Budín de plátanos](#)
- [Carnero Rendang](#)
- [Col a la Indonesia](#)
- [Cordero a la Javanesa](#)
- [Dorada gratinada](#)
- [Ikan Masak Bali](#)
- [Indonesian Sambal Udang \(Langostinos especiados\)](#)
- [Nasi Goreng \(Pollo con arroz\)](#)
- [Nasi Kebuli \(Pollo frito con arroz\)](#)
- [Pinchos de Pollo \(saté\)](#)
- [Salteado de hígados](#)
- [Saté Pentul \(Saté de cerdo picado\)](#)
- [Sayur Assam Putih \(Vegetales en salsa de tamarindo con langostinos\)](#)
- [Soto Daging \(Sopa de carne con especias\)](#)

En el archipiélago indonesio la base de la alimentación está constituida por el arroz, (que se produce en gran abundancia y es de óptima calidad), acompañado de guarniciones diversas más o menos ricas y de una serie de especias y de salsas. Su preparación occidentalizada más conocida es el rijsttafel o <tabla de arroz>, un clásico de la cocina holandesa, (Creo que en Holanda, fuera de Indonesia, es donde mas restoranes indonesicos hay). Pero también hay que citar el <nasi goreng>, plato de arroz con pollo, bogavante, pimienta y tomates. Los demás recursos de la gastronomía indonesia son el pollo y el cerdo, el ñame y el corazón de palmera, así como los mariscos y pescados, ningún pueblo está a más de un día de viaje del mar y el pescado y el marisco, incluidos calamares y cangrejos, pueden comprarse en casi todas partes. Antes había que secar y salar el pescado antes de llevarlo tierra adentro en carretas, y el pescado salado sigue siendo muy popular. Los pescados de agua dulce se pescan en ríos, en campos anegados o en criaderos artificiales. También se encuentran ranas y se consideran un manjar. La principal característica de la cocina indonesica radica en la diversidad de las especias y de los condimentos, que no sólo son los habituales para nosotros, (cebolla, chalote, ajo, laurel, nuez moscada, azafrán, clavo, etc.), sino también raíces desecadas y reducidas a polvo, algunas frutas como el <djeruk purut> (pequeño limón muy aromático) o el tamarindo, la guindilla roja y algunos condimentos cocinados, como el <trasi> (pasta de gambas fermentada) y sobre todo el <sambal>, que sirve para aderezar el arroz, las hortalizas y las carnes. Los indonesios sienten una pasión casi reverencial por el ajo. Cuidadosamente pelado, cortado en rodajas delegadísimas-, se ablanda en aceite de palma o de sésamo, y luego se aplasta para obtener un "puré" que se conserva en vasos, siempre al alcance de la mano, en cualquier cocina del país, se utiliza en casi todas las preparaciones. Otra materia prima de uso habitual es el coco. Su pulpa se aplasta en el agua, mientras que la leche hierve como ablandador en la cocción. El aceite, finalmente, se utiliza para obtener fritos muy livianos. Se emplean bastante la carne de búfalo, buey y, sobre todo, de pollo. Este último, hervido o dorado en trozos, se degusta con un acompañamiento de arroz, con la ayuda de los palillos de madera, al

igual que se hace en China. Por otra parte, en Indonesia se advierten influencias venidas de la India, con el curry, y de la China con los fideos de arroz y la salsa de soja. En Bali, hindú, la carne suele ser pollo o cordero o cerdo. El resto de Indonesia es musulmán y en Java la carne de vaca sustituye a la de cerdo. En Sumatra oriental hay pocas vacas y la carne más corriente suele ser de cabra o de búfalo. El pueblo minangkabau, que vive en los montes de Sumatra oriental, come mucha carne para defenderse del frío. En su plato favorito, el <rendang>, se cuece la carne en especias y leche de coco hasta que queda seca. Entre los muchos platos indonesios deben recordarse el <babotee>, con carne de carnero, huevos, cebollas, curry, ajo, pepinos macerados, leche, aceite y mantequilla; la <sopa de pollo al jengibre>, el <arroz con lentejas a la malaya>, el <cordero a la javanesa>. El <gado gado> es una fresca ensalada javanesa que se prepara con col, judías verdes, tomates, pepinos, patatas, huevos duros, cebollas, lechuga y vinagre. Pero la gran especialidad indonesia es el <soté o satay>: se trata de unos trozos de carne ensartados en unos bastoncillos de bambú, asados y remojados luego en una salsa picante. El saté se prepara con carne de pollo, de carnero o de cerdo, (depende de si la zona es indu o musulmana). El saté de carnero de Yakarta se come con una espesa salsa a base de guisantes y de condimentos, mientras que el saté de cerdo chino se acompaña con salsa de tomate, y el saté de pollo de Madura se sirve desensartado, con un coulis espeso de pequeños trozos de carne. La guarnición, evidentemente, es de arroz. Los grandes asados de carnes mixtas son prácticamente desconocidos y se usan sólo en los hoteles para turistas. Antes de servirlos, casi todos los platos se subdividen minuciosamente en varios platillos que se presentan en la mesa con mucha fantasía recurriendo a un sentido decorativo innato en estas poblaciones. Son tan numerosos, variados y gustosos que se hace difícil para cualquiera sustraerse a la fascinación de una cocina "floral" tan agradable. Los postres indonesios son muy fantasiosos. Atrae a los golosos la "crema de frutas" preparada con coco, azúcar, plátanos maduros y crema Chantilly, con una pizca de sal para reequilibrar su sabor decididamente dulce. La "hogaza malaya" se prepara con la infaltable pulpa de coco, huevos, azúcar y mantequilla. El <Own thee moant> también se hace a base de coco picado, mantequilla, azúcar, yemas de huevo, harina, fécula de patatas, azúcar vainillado y mermelada de fresas: la superficie se cubre con un glaseado de azúcar y se decora con dulces de colores o bien con frutas. Como es lógico, las frutas exóticas son muy abundantes. Se comen al natural o en ensalada, sobre todo en el <rudjak> ananás, pepino, mangos verdes y <bengkuang>, una especie de nabo grande y jugoso; todo ello enriquecido con azúcar, tamarindo, vinagre y trasi). Las bebidas más comunes son el té, la leche de coco y los zumos de frutas, pero también se consumen alcoholes locales, como el <arek>, a base de fibras vegetales fermentadas, y el bromi, a base de alcohol de arroz.

ALGUNOS CONDIMENTOS USADOS EN INDONESIA

CURCUMA: Raíz parecida a la del jengibre en el olor pero mas amargo en el sabor.

LECHE DE COCO, SATAN O SATÉN: El liquido encontrado dentro del coco, agua de coco, no debe de confundirse con la leche de coco. La leche de coco espesa, también llamada "crema de coco - pati satan" o de primera extracción, es la obtenida por presión en una muselina a ralladuras de coco que se le ha añadido algo de agua.

La leche de coco que venden enlatada es "crema" y para obtener un leche de coco ligera, que requiere alguna receta, mezclar en partes iguales con agua.

GALINGALE: Una raíz de la familia del ginger, también conocida como "Jengibre negro", es muy popular su uso en la cocina de Indonesia

HIERVA DE LIMON: Es una hierba típica, con base bulbosa y sabor y olor fuertes a limón. Se vende seca en tiendas de productos Indios. Se utiliza como el laurel y se retira antes de servir el plato.

TAMARINDO: El tamarindo es de pulpa marrón y semillas negras de la fruta y es usado para dar un gusto agrio/ácido a la comida. Se vende en paquetes. El de color marrón es mas fresco que el negro.

AGUA DE TAMARINDO: Es ácida, para prepararla se toma un trozo de unos 25 gramos de tamarindo en conserva, se pone a remojo en un bol con un cuarto litro de agua templada. Luego se aprieta y escurre el trozo de tamarindo para que el agua tome acidez y color marrón. El agua se cuele antes de usarla.

LAOS: Especie muy común, es un bulbo parecido al del lirio. Se suele usar picado o molido.

Algunas recetillas del arrea:

--- CARNERO RENDANG ---

INGREDIENTES

- *1 kilo de carne de carnero, pesada sin hueso. Otro tipo de carne puede ser usado.*
- *10 tazas de agua*
- *1 ½ cocos, la pulpa.*
- *2 hojas de la cúrcuma*
- *4 hojas del limonero, finamente picadas, (original hojas del árbol de la lima)*
- *2 cucharillas de azúcar*
- *1 cucharilla de sal*
- *Una pulgarada de glutamato.*

Rempah

- *10 chiles secos*
- *25 chalotas*
- *5 dientes ajo*
- *5 centímetros de raíz de cúrcuma o 2 cucharillas de cúrcuma en polvo.*
- *10 discos, 1 mm., de "galingale", el jengibre se puede utilizar de sustituto.*
- *8 discos, 1 mm., de jengibre.*
- *3 tallos de hierba limón.*

PREPARACIÓN:

Cortar el carnero en bocaditos. Añadir una taza de agua a la pulpa del coco. Machacar, exprimir, todo el líquido que se pueda del coco, para obtener una leche de coco densa. Al residuo de la pulpa, añadirle 8 tazas de agua y extraer todo el jugo que se pueda y obtendremos una leche fina. Mezclar al tamarindo 1 taza de agua, dejar en maceración y luego exprimir bien para extraer el jugo. Poner la leche fina obtenida de coco en un recipiente al fuego, con el carnero y rempah, en un wok sin cubrir, añadir la cúrcuma y las hojas de limonero pero sin que llegue a hervir, añadir agua si fuera necesario para que no se seque. Revolver constantemente. Cuando la carne este tierna, añadir la leche de coco densa, el jugo del tamarindo, azúcar, sal y glutamato. Tener al fuego sin que hierva hasta que la carne este muy tierna y el caldo se ha espesado. Servir caliente con arroz blanco.

Nota: Rempah, es una mezcla de distintas especies, hierbas y condimentos, cada uno se puede preparar su propio rempah mezclando los ingredientes que desee.

--- Ayam Panggang (Pollo a la parrilla al estilo de Indonesia) ---

INGREDIENTES

- *1 pollo de un kilo como mínimo*
- *2 cucharillas de azúcar*
- *1 cucharilla de sal*
- *1 lima, el zumo*
- *1 ½ coco, la pulpa rallada*
- *3 cucharadas de aceite.*
- *Rempah*
- *5 chiles*
- *2 dientes ajo*
- *12 chalotas*
- *2 tallos de hierba limón*
- *4 discos de galingale, sustituir por jengibre*
- *15 granos de pimienta*
- *3 centímetros de raíz de cúrcuma o en su lugar ½ cucharilla de polvo de cúrcuma.*

PREPARACIÓN:

Cortar en cuartos el pollo, marinarlo con el azúcar, sal y jugo de lima por al menos 2 horas. Poner el pollo en la parrilla hasta que este bien dorado. Mientras extraer de la pulpa rallada de coco calentándola en un poco de agua para obtener 1 taza y media de leche densa. Calentar en el wok el aceite y freír el rempah hasta que este fragante, añadir la leche de coco y el pollo. Tenerlo al calor sin que apenas cueza hasta que se seque. Durante este tiempo revolver bien los cuartos de pollo, para que todas las partes se bañen en el líquido. Para servir cortarlo en bocados.

--- Pinchos de Pollo (saté) ---

INGREDIENTES

- *1 pollo grande, si es de los que corren delante de los coches mejor que mejor, aunque de estos ya creo que no quedan, lo que quiero decir que ha poder ser no sea de granja.*
- *Un trozo de raíz de cúrcuma o 1 cucharilla de polvo de cúrcuma*
- *4 cucharadas de cilantro, tostado y molido*
- *½ cucharilla de pimienta recién molida*
- *1 cucharada de salsa de soja*
- *Sal al gusto*
- *4 cucharadas de leche de coco densa.*
- *3 cucharadas de aceite, para pintar los trozos de pollo cuando estemos braseandolos.*

PREPARACIÓN:

Cortar la carne del pollo en trozos de unos 2 centímetros. Macerar la carne durante 30 minutos con el cilantro, cúrcuma, pimienta, salsa de soja y sal. Ensartar los trozos de pollo, en pinchos bien de bambú o metálicos. Pintar los pinchos con la leche de coco justamente antes de ponerlos en las brasas de carbón vegetal. Durante el asado a la brasa, pintarlas con el aceite.

--- Nasi Kebuli (Pollo frito con arroz) ---

(En la zona de Bali, hindú, se oficia con carne de cerdo)

INGREDIENTES

- *1 1/2 kg. de pollo, troceado*
- *450 g. de arroz de grano largo*
- *3 dientes de ajo, machacados*
- *4 chalotes, machacados*
- *2 cucharillas de cilantro molido*
- *1/2 cucharilla de cominos*
- *Un pellizco de laos*
- *Un pellizco de hierba de limón en polvo o una ramita fresca*
- *Un palito pequeño de canela*
- *Un pellizco de nuez moscada, rallada*
- *2 clavos enteros*
- *Sal*
- *Aceite vegetal abundante para freír*

Para la guarnición

- *1 cebolla pequeña, a ruedas finas, frita y escurrida sobre papel absorbente.*
- *Perejil picado*
- *Cebollino picado*
- *Pepino a rodajas*

PREPARACIÓN:

Remojar el arroz en agua fría durante una hora. Mezclar el ajo machacado y los chalotes con las especias y sal a su gusto. Colocar los trozos de pollo y la mezcla de

especias en una cacerola y cubrir de agua fría. Poner la cacerola a fuego vivo y cuando rompa a hervir el líquido, reducir el fuego y dejar cocer suavemente hasta que esté tierno el pollo, tardará aproximadamente unos 40 minutos. Mientras, lavar varias veces el arroz con agua fría y escurrir bien. Saltearlo durante cinco minutos en un cazo grande con una cucharada del aceite, dando vueltas continuamente. Escurrir el caldo de cocer el pollo y complételo con agua si hiciera falta hasta tener 4 1/2 tazas. Agregarlo al arroz y cocer éste en el caldo hasta que desaparezca el líquido, más o menos unos 10 minutos. Ponerlo entonces en un cesto y cuézalos al vapor, tapado, otros 10 minutos. Mientras cuece el arroz, calentar el aceite en freidora o sartén honda, a 180 C, cuando se fría bien un trocito de pan en 60 segundos. Escurrir el pollo sobre papel absorbente y freírlo luego de 8 a 10 minutos o hasta que quede churruscante por fuera. Servir el arroz apilado en una legumbreira caliente, colocar el pollo alrededor y disponer por encima la cebolla frita, el perejil, cebollino y rodajas de pepino.

--- Ikan Masak Bali ---

Red snapper, es parecido al mero, así que mero podemos usar.

INGREDIENTES

- *1 Mero de 1 kilo y medio*
- *4 Tomates, dos de ellos cortados en rodajas.*
- *4 cucharadas de aceite*
- *10 chalotas, picadas*
- *3 dientes de ajo machacados*
- *1/4 de la piel de una lima, rallada*
- *2 cucharadas de azúcar de palma, sustituto azúcar de caña*
- *4 cucharadas de zumo de limón*
- *4 cucharadas de salsa de soya*
- *1/2 cucharilla de sal*
- *1 pepino cortado en rodajas*
- *Aceite para freír el pescado.*

Rempah

- *5 chiles*
- *1 cucharilla de pasta de gambas*
- *2 tallos de hierba de limón*
- *1 trozo de raíz de jengibre*
- *2,5 centímetros de raíz de galangale, (cúrcuma)*

PREPARACIÓN:

Escaldar dos tomates por 1 minuto, sacarlos y quitarles la piel y pepitas, picarlo. Con 4 cucharadas de aceite en un wok, saltear las chalotas y ajo por un minuto, después añadir el rempah y freír hasta que todo este oloroso, entonces añadir el tomate picado, piel de lima, azúcar, zumo de limón y la salsa de soya. Calentar hasta que casi hierva, pero sin hervir, revolver constantemente hasta que espese el conjunto. El pescado, una vez limpio, freírlo entero hasta que este bien frito, ponerlo en una

fuente de servicio, echar por encima la salsa caliente y decorar la fuente con los discos de tomate y pepino.

--- Soto Daging (Sopa de carne con especias) ---

Esta receta es muy popular en toda Indonesia. Es posible que se originara en la isla de Madura, al noroeste de Java. Soto en el idioma indonesio, es el término general que designa a la sopa hecha con mucha carne, tanta carne que más parece un estofado.

INGREDIENTES

- *500 g. de pecho de vaca*
- *100 g. de gambas crudas o cocidas, peladas*
- *6 chalotes*
- *3 dientes de ajo*
- *2 cucharadas de aceite vegetal*
- *1/2 cucharilla de jengibre molido*
- *Un pellizco de guindilla molida*
- *1/2 cucharilla de cúrcuma*
- *Sal*
- *2 cucharillas de zumo de limón*

Para la guarnición

- *1 cebolla, a rodajitas, sofrita y escurrida sobre papel absorbente*
- *1 ramillete de perejil fresco picadito*
- *Varios gajos de limón*

PREPARACIÓN:

Cubrir la carne con agua sazónada con sal y cocer durante una hora, espumando la superficie de vez en cuando. Mientras, picar juntos las gambas, los chalotes y el ajo. Escurrir la carne, dejar enfriar ligeramente y cortar en dados, reservar el caldo. Saltear la mezcla de gambas durante un minuto en el aceite vegetal. Añadir el jengibre, guindilla molida, cúrcuma, sal y 1 taza de caldo, tapar y dejar cocer suavemente de 7 a 8 minutos. Poner la carne a dados en otro cazo, colar sobre ella el líquido de cocer las gambas, reservando para otro uso lo que quede en el colador. Cocer lentamente la carne durante 2 minutos antes de añadir el resto del caldo, dejar que cueca suavemente 20 minutos. Poner los gajos de limón y sirva la sopa caliente, adornada con ruedas de cebolla frita, perejil y gajos de limón, en cuencos calientes.

--- Indonesian Sambal Udang (Langostinos especiados) ---

Ingredientes:

- *600 gramos de langostinos medianos/pequeños*
- *1/2 coco, pulpa rallada*
- *1/4 taza de agua*
- *1 cucharilla de tamarindo*

- *4 cucharadas de agua*
- *4 cucharadas de aceite*
- *1 cebolla, en aros*
- *¼ cucharilla sal*
- *1 pepino*

Rempah

- *8 chiles*
- *3 rodajas de galingale, (cúrcuma)*
- *1 tallo de hierva de limón*
- *1 cucharada de pasta seca de gambas*
- *12 chalotas*
- *2 dientes de ajo.*

PREPARACIÓN:

Quitar la cascara a los langostinos. Añadir al coco rallado ¼ de taza de agua, calentar y dejar macerar, luego exprimir bien para obtener leche de coco. Mezclar el tamarindo con 4 cucharadas de agua caliente, dejar macerar y exprimir, utilizar solo el liquido obtenido. Calentar el aceite en cazuela de barro y poner el rempah hasta que despida un buen olor, añadir la mitad de la leche de coco, langostinos, y los discos de cebolla, saltear a calor moderado por pocos minutos, los langostinos tienen que quedar con la carne prieta. Añadir la sal, azúcar, jugo del tamarindo y la leche de coco restante. Calentar todo el conjunto a punto de ebullición y tenerlo así hasta que el aceite flote en la superficie. Servir en la misma cazuela, acompañado con el pepino cortado en medias rodajas y por supuesto el consabido arroz.

--- Sayur Assam Putih (Vegetales en salsa de tamarindo con langostinos) ---

INGREDIENTES

- *900 gramos de una combinación de vegetales, (col, vainas, berenjenas, a partes iguales).*
- *300 gramos de langostinos*
- *4 cucharadas de tamarindo*
- *½ taza de agua*
- *7 tazas de caldo de pescado.*

Rempah

- *8 chiles*
- *5 discos de 1 mm. de galingale (cúrcuma)*
- *4 almendras machacadas*
- *4 chalotas*
- *1 cucharilla de pasta seca de gambas*
- *2 dientes de ajo*

PREPARACIÓN:

Quitar la cascara a los langostinos. Cortar en trozos regulares los vegetales, col en

cuadrados de 4 centímetros, vainas en 4 centímetros, berenjenas en medios discos. Mezclar el tamarindo con el agua caliente, dejar macerar y extraer el jugo, no usar la pulpa ni las semillas. Mezclar con una taza de caldo el rempah, cocer por 5 minutos, luego añadir el jugo de tamarindo y el caldo restante, cocer por 3 minutos, añadir la verdura y algo de agua si hiciera falta, seguir cociendo a fuego muy suave, a penas tiene que cocer, cuando los vegetales están tiernos, añadir los langostinos y cocer por dos minutos. Servir caliente.

Nota: Estas 5 últimas recetas y las que preceden son genuinas de Indonesia, las que siguen son así mismo de origen indonesico, pero preparadas al estilo europeo, concretamente holandés, como veréis tienen menos picante y algún cambio en las especias empleadas.

--- Col a la Indonesia ---

INGREDIENTES

- *1 col blanca de 1 kg;*
- *500g de filetes de lenguado;*
- *3 cebollas hervidas;*
- *1 cucharada de salsa de soja;*
- *1/2 cucharilla de curry;*
- *50 g de coco fresco rallado; una pizca de jengibre;*
- *1 pizca de pimienta de Cayena;*
- *1 cucharada de harina;*
- *2 cucharadas de aceite;*
- *1/2 litro de crema de leche agria;*
- *sal de ajo;*
- *sal y pimienta.*

PREPARACIÓN:

Después de cortar la base, quitar las hojas exteriores de la col; elegir las más bonitas, lavarlas y blanquearlas durante unos minutos en agua hirviendo ligeramente salada; luego escurrirlas y ponerlas sobre un lienzo seco. Si tienen la nervadura central demasiado gruesa adelgazarla con un cuchillo poniendo atención en no estropearlas. Mezclar juntos el curry, la sal y la pimienta; frotar con ello los filetes de lenguado y pintarlos con la salsa de soja. Colocarlos en un plato hondo y dejarlos reposar media hora. Cortar en trozos las cebollas hervidas, pasarlas por el pasapurés, mezclarlas con la sal de ajo, el coco rallado, el jengibre, la pimienta de Cayena, el aceite y la harina. Obteniendo una crema homogénea, más bien densa. Extender una porción de esta crema sobre cada hoja de col. Colocar encima un filete de lenguado. Enrollar las hojas que ha rellenado para lograr unos rollitos que atareis con un bramante de cocina, para mantenerlos unidos. Colocar los rollitos preparados en una fuente refractaria, rociarlos con la crema de leche agria hasta que queden cubiertos hasta la mitad de la altura. Extender sobre la fuente la hoja de papel de aluminio y fijarlo en los bordes. Cocer a horno caliente, a 170C, por 30 minutos. Servir bien en caliente.

--- Cordero a la Javanesa ---

INGREDIENTES

- *700g de carne de cordero deshuesada, cortada en dados;*
- *70g de mantequilla;*
- *1 cucharada de comino molido;*
- *20 hebras de azafrán;*
- *2 dientes de ajo picados;*
- *1/2 guindilla picada;*
- *1 cucharada de coriandro molido;*
- *1 cucharada de aceite;*
- *100g de guisantes cocidos;*
- *1 cucharada de vinagre;*
- *1 taza de caldo;*
- *250 g de arroz hervido «al dente»;*
- *2 pimientos cortados en tiras;*
- *sal*

PREPARACIÓ:

En un cuenco mezclar el comino con el azafrán, este tostado y desmenuzado. Agregar el ajo, la guindilla, el aceite, el coriandro, la sal y el vinagre. Con esta mezcla frote los dados de carne de cordero y luego déjelos reposar una hora a temperatura ambiente. Calentar la mantequilla en una cacerola y rehogar la carne de cordero con sus aromatizantes, agregar un poco de caldo y dejar cocer a fuego lento, junto con los pimientos cortados en tiras. En los últimos diez minutos de cocción, agregar los guisantes y cinco minutos antes de retirar la preparación del fuego verter en la cacerola el arroz previamente hervido para que se caliente y aromatice, luego servir en seguida. Como guarnición de este plato son indicadas las espinacas salteadas en mantequilla o bien judías blancas condimentadas con aceite.

--- Nasi Goreng (Pollo con arroz) ---

INGREDIENTES:

- *1 pollo de 1,200kg aproximadamente;*
- *400g de arroz;*
- *6 cucharadas de aceite;*
- *1 ramillete de hierbas (1 puerro, 1 hoja de laurel unas ramitas de perejil);*
- *2 cebollas en rodajas gruesas;*
- *2 dientes de ajo cortados en rodajas;*
- *200 g de gambas hervidas;*
- *200 g de colas de cigalas hervidas;*
- *100g de jamón dulce cortado en una sola loncha;*
- *1 cucharada de comino molido; 1*
- *1/2 guindilla picada;*
- *1 pizca de macis;*
- *1 pimiento cortado en tiras;*
- *Sal*

Para la mantequilla de anchoas:

- *20 g de mantequilla*
- *1 filete de anchoa.*

PREPARACIÓN:

Limpiar bien el pollo y ponerlo a cocer entero (sin el cuello y las patas) con agua salada y con un ramillete de hierbas aromáticas compuesto por puerro, perejil y la hoja de laurel atados con un hilo. Apenas esté cocido, retirar el pollo de la cacerola, trincharlo, eliminando los huesos y la piel y luego cortar la carne en trozos lo más regulares posible. Filtrar el caldo de cocción y ponerlo en una cacerola, llevarlo nuevamente a ebullición y hervir en él el arroz "al dente", luego escurrirlo y reservar. Preparación de la mantequilla de anchoas: desalar el filete de anchoa, luego pasarlo por la batidora eléctrica junto con veinte gramos de mantequilla ablandada. A continuación pasarla por un tamiz fino y conservarla en un cuenco en la nevera antes de usarla. Calentar el aceite en una cacerola y poner a dorar las cebollas y el ajo cortados en rodajas. Agregar el arroz y dorarlo a fuego fuerte, mezclando sin cesar. Cuando el arroz se haya secado, agregar las gambas y las cigalas hervidas, así como el jamón dulce cortado en dados. Añadir además el pimiento cortado en tiras, el comino, la macis, la guindilla picada, la mantequilla aromatizada y, finalmente, los trozos de pollo hervidos, que será suficiente dejar en la cacerola el tiempo necesario para que se calienten. En Indonesia se acostumbra servir el "Nasi goreng" con diferentes acompañamientos: huevos fritos espolvoreados con perejil picado; plátanos fritos cortados en rodajas; coco rallado y otras pequeñas delicadezas.

--- Salteado de hígados ---

INGREDIENTES

- *600 g de hígados de pollo;*
- *150 g de pulpa de coco cortada en rodajas;*
- *1/4 de litro de leche;*
- *60g de mantequilla;*
- *1 cebolla cortada en rodajas gruesas;*
- *2 dientes de ajo;*
- *2 cucharadas de pimentón;*
- *2 cucharadas de harina;*
- *50 g de almendras picadas;*
- *La cáscara rallada de 1/2 limón (parte amarilla);*
- *El zumo de 1/2 limón;*
- *El zumo de 1 naranja;*
- *2 cucharadas de mermelada de ciruelas;*
- *2 cucharadas de azúcar;*
- *Sal*

Para completar el plato:

- *250g de arroz cocido al vapor.*

PREPARACIÓN:

Verter la leche en una cacerola y agregar las rodajas de coco, poner al fuego, cuando empiece a hervir, retirar y dejar reposar media hora, pasado el tiempo filtrar y reservar la leche. Limpiar y secar los hígados, pasarlos por la harina mezclada con el pimentón. Derretir la mantequilla en una cacerola y ablandar en ella la cebolla y el ajo. Agregar los hígados y hacerlos dorar por ambos lados a fuego fuerte, dándoles la vuelta de vez en cuando. Verter, poco a poco, la leche perfumada con el coco, las almendras picadas y la cáscara de limón rallada, dejar hervir un poco. Verter en otra cacerola el zumo de limón y el de naranja; mezclar con rapidez, luego agregar la mermelada de ciruelas, salar y azucarar. Dejar cocer unos diez minutos, siempre mezclando y dejando que la salsa se espese. Servir la preparación en una fuente grande, colocando los hígados sobre un lecho de arroz cocido al vapor y rociar con la salsa.

--- Dorada gratinada ---

INGREDIENTES

- *2 doradas de aproximadamente 600 g cada una;*
- *80 g de mantequilla;*
- *4 cucharadas de salsa de soja;*
- *4 huevos;*
- *1 pizca de pimienta de Cayena o de guindilla;*
- *El zumo del limón;*
- *Sal; sal de ajo; pimienta.*

Para la decoración:

- *150g de arroz*
- *2 tomates para ensalada*
- *1 pimienta*
- *1 loncha de jamón cortada gruesa de aproximadamente 50g*
- *50g de guisantes cocidos.*

PREPARACIÓN:

Limpiar el pescado y sacar 4 filetes enteros de las doradas; quitarles la piel y las espinas; secarlos. Mezclar la sal con la sal de ajo y la pimienta y frote los filetes con esta mezcla. Engrasar una fuente refractaria y colocar en ella el pescado; cubrirlo con la mantequilla restante cortada en copos. Calentar el horno a 180 0C y poner los filetes durante diez minutos, dándoles la vuelta a media cocción. Mezclar la salsa de soja con el zumo de limón, los huevos y la pimienta de Cayena. Batir con una batidor de varillas hasta obtener una crema homogénea. Cubrir con esta crema los filetes y volver a poner en el horno hasta obtener un gratinado total.

Preparación del arroz al vapor:

Poner en la cacerola medio litro aproximadamente de agua salada. Verter en el recipiente superior agujereado el arroz y sumergirlo en la cacerola cuidando de que el agua cubra por completo el arroz. Poner la cacerola a fuego moderado y cuando el agua hierva retire el recipiente agujereado y apóyelo en los bordes de la cacerola; la

parte de abajo no debe tocar el agua. Tapar herméticamente la cace-rola y deje cocer 20 minutos. Verter el arroz sobre una fuente de servicio precalentada, decorarlo con los guisantes, el tomate cortado en rodajas, los pimientos en tiras y el jamón dulce en dados.

Llevar a la mesa la fuente refractaria con la dorada gratinada bien caliente y servir las porciones acompañándolas con una porción de arroz al vapor y las verduras de acompañamiento.

--- Budín de plátanos ---

INGREDIENTES

4 plátanos gruesos bien maduros;

- ***1 vaina de vainilla;***
- ***1/2 litro de leche;***
- ***4 huevos;***
- ***150 g de azúcar;***
- ***1 pizca de nuez moscada;***
- ***1 pizca de sal***

Para untar el molde:

- ***1 nuez de mantequilla***
- ***1 cucharada de harina.***

Para la decoración:

- ***50g de frutas confitadas cortadas en formas decorativas;***
- ***2 copas de ron.***

PREPARACIÓN:

Poner a cocer la leche en una cacerola mediana, cuando empiece a hervir añadir la vaina de vainilla cortada por la mitad a lo largo, sin las simientes. Batir los huevos y echarlos en la leche, agregar el azúcar, la sal y la nuez moscada. Trabajar bien la mezcla con la batidora de varillas o con batidora eléctrica. Pelar los plátanos, cortarlos en trocitos, aplastarlos con un tenedor y agregarlos a la mezcla amalgamándolos por completo. Engrasar con mantequilla y enharinar ligeramente el molde de budín. Verter la mezcla en él e introducir en el horno, precalentado a 180 0C, durante 45 minutos o cuando una aguja salga limpia, al baño María. Dejar enfriar

el budín antes de volcarlo en una fuente de servicio. Para la decoración: poner a macerar en el ron las frutas confitadas cortadas en formas decorativas con un cortapastas. Cuando el budín esté preparado, decórelo al gusto y servirlo.

--- Saté Pentul (Saté de cerdo picado) ---

Esta receta procede de Bali, aunque existen variaciones en las islas circundantes. En Lombok, musulmán, se prepara con vaca.

INGREDIENTES

- *500 g. de magro de cerdo con poca grasa, mejor usar solomillo de cerdo, la carne picada.*
- *3 dientes de ajo, machacados*
- *1 guindilla, machacada*
- *1/2 cucharilla de jengibre en polvo*
- *1 cucharilla de semillas de cilantro, ligeramente tostadas y machacadas*
- *1 cucharilla de azúcar morena*
- *2 cucharillas de salsa de soja*
- *1 cucharada de agua de tamarindo*
- *2 cucharadas de coco fresco rallado o seco*
- *1 huevo de pata mediano o de gallina grande, batido*
- *Sal*

Para el santén

- *60 g. de coco seco o 25 g. de leche de coco*

PREPARACIÓN:

Hacer primero el santén, leche de coco. Si usáis coco seco, remojarlo en cuatro cucharadas de agua durante tres minutos, escurriendo el coco entre los dedos. Colar el líquido poniendo una gasa en el colador y pasarlo a un cuenco, retorciendo la gasa para extraer el líquido bien y tirar el coco. Si usáis leche de coco en conserva, usarla tal cual. Mezclar el ajo y guindilla machacados con el jengibre, cilantro, azúcar, salsa de soja y agua de tamarindo. Agregar removiendo 1/2 cucharadita de esta mezcla al santén. Conservar el resto de la mezcla en lugar fresco hasta que vaya a asar el saté. Cuando vayáis a asar el saté, incorporar la mezcla de especias restante a la carne y agregar el coco seco, el huevo y sal a su gusto. Forme unas albóndigas del tamaño de nueces. Esperar al último momento para ensartar las albóndigas en los pinchos. Calentar el grill a fuego medio, mejor usar la parrilla con carbón vegetal. Ensartar las albóndigas en los pinchos de bambú o de metal y ponerlos en el grill. Asar por 4 ó 5 minutos, dándoles vuelta de vez en cuando, hasta que la carne esté firme. Sacar los satés del grill y úntarlos ligeramente con el santén. Seguir asando hasta que la carne esté dorada. Son un delicioso aperitivo.