

Mango sticky rice aneb lepkavá kokosová rýže s mangem



Obtížnost: 

Čas přípravy: 12h 0min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 12h 30min , Porce: 6

485 kalorií , 0 g cukrů , 47 g tuků , 5 g bílkovin

Autor: Bára Uhýrková Černá

Odkaz: <https://srecepty.cz/mango-sticky-rice-aneb-lepkava-kokosova-ryze-s-mangem>

Příprava

Věřím, že každý, kdo navštívil Thajsko a ochutnal tento netradiční dezert, si jej zamilova pro dokonale sladění chutí exotického manga a jemného kokosového mléka. Sticky rice určitě nenahrazujte jiným druhem rýže, výsledný pokrm by byl úplně jiný. Ale nyní už k receptu samotnému. Odvažte 250 g rýže a tu důkladně několikrát propláchněte a nechte ideálně přes noc namočenou. Pozor, ráži nebudeme vařit klasicky ve vodě, ale je pro výsledný efekt je nutné vytvořit parník. Použijte sítko, které vystetele plátýnkem, do něj umístíte rýži a celé vložíte do hrnce nebo rýžovaru. Do hrnce nelijte vodu, tak aby se hladina nedotýkala sítka, vše pak přikryjte přilnavou poklicí a vařte v páře cca 30 min. Hotová rýže je lepivá, průzračná, pevná, ale nemá tvrdé jádro, je dokonale uvařená. V mezičase si klidně připravte kokosové mléko, otevřete balení (já dávám přednost kokosovému mléku v tetrapacku před konzervovaným), stáhněte z vrchu část smetany a zbytek dejte do rendlíku a smíchejte s cukrem a solí. Směs zahřejte a

Ingredience

- ✓ 250 ml kokosové mléko
- ✓ 250 g Lepkavá rýže
- ✓ 2 špetka Mořská sůl
- ✓ 3-5 lžičce třtinový cukr
- ✓ 1-2 lžičce sezam
- ✓ 1 ks mango

Kategorie

Ovoce, Štíhlá slečna, Snídaně, Svačinka

míchejte dokud se vše nerozpustí, ale nevařte! Do hotové směsi přidejte rýží a zakrýte nechte cca 10 minut odpočívat. Poté servírujte, na vrchu polejte několika lžičkami kokosové smetany, nakrájeným zralým mangem a troškou sezamu. Mango musí být opravdu krásně zralé. Pokud se vám nedaří v obchodě na zralé narazit, nezoufejte, kupte klidně tvrdší a nechte 2-3 dny dojít, ideálně v papírovém pytlíku. Kdykoli doma tento úžasný dezert připravím, mé myšlenky jsou znovu v na bílých thajských plážích. Dobrou chuť!



Tip k receptu

Sticky rice neboli lepkavou rýží seženete ve většině asijských potravin a nebo se dá objednat na internetu. V receptu je velmi důležitá, výsledek nebude tak dobrý pokud nahradíte klasickou rýží.

