Sambal Oelek

Sambal Oelek ist eine scharfe, dickflüssige Chilipaste, die ursprünglich aus Indonesien stammt. Sie besteht hauptsächlich aus frischen roten Chilischoten, Essig und Salz. Der Name »Oelek« kommt vom indonesischen Wort »ulek«, was das Mahlen oder Zerdrücken der Chilischoten mit einem Mörser und Stößel beschreibt.
Sambal Oelek wird oft als Würzmittel verwendet, um Gerichten wie Pfannengerichten, Nudeln oder Dips eine feurige Schärfe zu verleihen. Es ist bekannt für seinen intensiven, würzigen Geschmack und seine leuchtend rote Farbe.

Herkunft: Indonesien
Kategorie: Zutaten, Saucen, Dips

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

250 g Chilischote(n) rot
1 TL Salz
1 TL Palmzucker

Zubereitung

Das Grund-Sambal ist relativ einfach zuzubereiten: Eine Pfanne erhitzen, die Chilis auf mäßiger Hitze trocken rösten und anschließen abkühlen lassen. Danach fein zerhacken und mit dem Salz und Zucker zu einer festen Paste zerstoßen. Je nach Geschmack können die Chilisamen zuvor entfernt werden oder als Würze in der Paste belassen werden. Das Sambal hält sich in einer Dose im Kühlschrank ca. eine Woche.

© 2026 coquina.de