

SAMBIA

Friteeratut pikkukalat

1 kg pieniä perattuja muikkuja
1 rkl merisuolaa
mustapippuria myllystä

Friteeraustaikina:

2 dl vehnä jauhoja
1 tl leivinjauhetta
0,5 tl suolaa
1 dl korppujauhoja
3 kananmunan keltuaista
3 dl vettä
1 dl maitoa
riipaus chili-, cayenne-
ja cajunmaustetta

Kypsentämiseen: 0,5 l öljyä

→ Huuhtelee muikut kylmällä vedellä ja ripottele niiden päälle suolaa ja pippuria. Anna maustua noin puoli tuntia. Sekoita taikina ja anna sen tekeytyä vähintään 10 minuuttia. Kuumenna öljy kattilassa. Kasta muutama muikku kerrallaan taikinassa, nosta kattilaan ja kypsennä öljyssä 5–7 minuuttia. Valuta ja tarjoile.

TIESITKÖ? Sambiassa tarjotaan kapenta-kalaa, joka muistuttaa sardiinia tai meidän neulamuikkuamme. Yleensä kala kuivataan, ja siitä tehdään paistosta tomaatin ja sipulin kanssa. Friteerattu kala on Sambiassa juhlaruokaa.

Mbuzi, vuohenlihapata

1 kg lampaan lapaa
vettä
2 tl suolaa
2 rkl rypsiöljyä
2 sipulia
4 valkosipulinkynttä
1 vihreä chili (tai maun mukaan)
1 tl currya
1 lihaliemikuutio
3 tomaattia
1 tlk tomaattimurskaa
1 prk tomaattipyreetä
1 tl mustapippuria
suolaa maun mukaan

→ Laita lihat pataan ja kaada päälle kylmää vettä, niin että lihat peittyvät. Kuumenna vesi kiehuvaan ja lisää suola. Hauduta liha kypsäksi miedolla lämmöllä, pidä padassa kansi päällä. Nosta kypsät lihat padasta ja ota keitinliemi talteen. Kuutio lihat suupalan kokoisiksi paloiksi, laita takaisin pataan ja lisää muutama desilitra keitinlientä. Keitä, kunnes kaikki neste haihtuu. Lisää pataan öljy ja ruskista lihat. Hienonna sipulit, valkosipulit ja chili ja lisää pataan yhdessä curryn ja lihaliemikuution kanssa. Sekoita kevyesti. Hauduta, kunnes sipulit pehmenyvät. Lisää lohkotut tomaatit, tomaattimurska, tomaattipyree ja tilkka keitinlientä. Kiehauta. Hauduta niin, että aineksista syntyy mehevä ja täyteläinen kastike. Lisää tarvittaessa keitinlientä. Mausta mustapippurilla ja suolalla.

Vitumbuwa, kookosdonitsit

4 dl riisijauhoa
2 rkl vehnä jauhoja
1,25 dl sokeria
1 tl vaniljasokeria
0,5 tl suolaa
1 tl jauhettua kardemummaa
2 pss kuivahiivaa
4 dl kookosmaitoa
2 dl vettä
3 rkl öljyä

Paistamiseen:

donitsipelti, pursotinpussi

→ Sekoita suuressa kulhossa riisijauho, vehnä jauho, sokeri, vaniljasokeri, suola, kardemumma ja kuivahiiva. Tee seoksen keskelle kuoppa ja lisää siihen kookosmaito, 42-asteinen vesi ja öljy. Sekoita aineksia hyvin, kunnes taikina on tasaista. Peitä taikina leivinliinalla ja anna levätä lämpimässä paikassa 30–40 minuuttia. Voitele donitsipellin kolot. Pursota taikinaa pursotinpusseilla rinkuloiksi koloihin, täytä noin puoleen väliin. Paista donitseja 200-asteisessa uunissa 13–15 minuuttia.