

Oppskrift

Next up Singapore - Bak Kut The



Bak Kut The, som betyr «svine-ribbe-te» (pork rib tea) er en kraftbasert rett der kjøttrike deler av svinekjøtt blir kokt i timesvis sammen med hvitløk, pepper, urter og kryddere. Noen tilsetter også innmat, sopp, kål og tofu i retten. Historisk sett ble retten brukt som en styrkedrikk for å bedre helsen, nå blir den heller spist for smakens skyld. Det er vanlig å servere en brødvariant som for eksempel youtiao (friterte striper av deig) ved siden av – og også stekte syltelabber er vanlig.

1

Del pork belly strips i ca. 4-5 cm tykke biter og ha i en stor gryte med kraftben og resten av ingrediensene til Bak kut teh. Kok opp, skru ned varmen, og la syde under kokepunktet i 1 ½ time, til kjøttet er mørt og mye av væsken er fordampnet. Ta alt ut av gryta, samt det som er igjen av kraften. Tørk bunnen med litt kjøkkenpapir.

2

Ha gryta tilbake på plata på middels til høy varme, ha i olje og tilsett tørkede reker og surr i ca. 5 minutter. Tilsett løk, hvitløk, tørket chili og surr i 3 minutter. Ha i okra og la putre til møre, 3 minutter. Ha kjøttet, kraftbein og shitake tilbake i gryta med oyster sauce og ketjap manis. Bland godt og hell i det som er igjen av kraften. Kok videre i 1 minutt. Smak til. Ta av platen og topp med vårløk og koriander.

Produkter i denne oppskriften

Pork Belly Strips 2,5 Kg Fr Pk



Ingredienser

Bak Kut The

Gilde Pork belly strips	1 kg
Kraftben	4 stk
Shitake	400 g
Hvitløksfedd	2 stk
Soyasaus	2 ss
Oyster sauce	2 ss
Ketjap manis	2 ss
Salt	0,5 ts
Vann	2 liter

Til steking

Tørket chili	2 ts
Vegetabilsk olje	1 ss
Tørkede reker	20 stk
Løk, stor, grovhakket	1 stk
Hvitløksfedd	10 stk
Okra, delt i tre	15 stk
Oyster sauce	1 ss
Ketjap manis	1 ts
Kraft (fra koking av kjøtt)	0,5 dl

Topping

Vårløk, finhakket

1 stk

Korianderblader

Til servering

Ris