

Mango sticky rice aneb lepkavá kokosová rýže s mangem



Obtížnost: ○○○○○

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

751 kalorií , **45 g** cukrů , **55 g** tuků , **7 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 zamiloval 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, rýži nebudeme vařit klasicky ve vodě, ale je pro výsledný efekt nutné vytvořit parník. Použijte sítko, které vystetele plátýnkem, do něj umístíte rýži a celé vložíte do hrnce nebo rýžovaru. Do hrnce nalijte vodu tak, aby se hladina nedotýkala sítka, vše pak přikryjte přílnavou poklicí a vařte v páře cca 30 min. Hotová rýže je lepivá, průzračná, pevná, ale nemá tvrdé jádro, je dokonale uvařená.

V mezichase 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 míchejte dokud se vše nerozpustí, ale nevařte!

Do hotové směsi přidejte rýži a zakryté nechte cca 10 minut odpočívat. Poté servírujte, na vrchu polejte několika lžičkami kokosové smetany, přidejte nakrájené zralé mango a posypte troškou sezamu.

Ingredience

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

Kategorie

Thajská, Ovoce, Štíhlá slečna, Dezert, Snídaně, Svačinka

▫ **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. 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.

