

Muamba Nsusu med fufu (Congo) Kyllingesuppe



Tilberedningstid: 1,5 time
4-6 personer

INGREDIENSER

Muamba Nsusu

1 kg kyllingebryst i mindre stykker
1 citron
1 hakket chili
1 ts. cayennepeber
1 ts. gurkemeje
1 ts. paprika
3 fed hakket hvidløg
1 hakket løg
1 bundt hakkede forårsløg
1 dl rød palmeolie*
3 store modne tomater i skiver (evt. dåse)
1,5 dl peanutbutter (uden knas)
Ca. 1 liter grøntsags- eller kyllingefond
Friskkværnet peber

Fufu

2 kg hvide eller gule yams*. Kan evt. blandes med cassava og/eller platinabaner.

2 spsk. smør

Salt og peber

**Rød palmeolie findes hos afrikanske købmænd. Her kan man også købe yams.*

SÅDAN GØR DU

Kylling

- Bland citronsaft, chili, cayennepeber, gurkemeje og paprika i en stor skål og tilsæt kyllingestykker. Bland godt. Stil kyllingeblendingen koldt en times tid.
- Opvarm palmeolien til middel varme i en stor gryde og steg løgene et par minutter, til de er bløde.
- Tilsæt kyllingeblendingen sammen med forårsløg, hvidløg og tomater og lad retten koge sammen et par minutter.
- Tilsæt peanutbutter og rør, til det er opløst.
- Tilsæt fond og lad retten simre under låg i ca. 30 minutter
- Smag til med salt, peber og chili. Server med fufu (eller ris).

Fufu

- Skræl yams, skær dem i små stykker og kog i ca. 25 min. De skal være møre.
- Tilsæt smør, salt og peber og pisk til massen er jævn, elastisk og slipper skålens kanter som en dejagtig kartoffelmos. Tilsæt evt. lidt vand.
- Form fufuen i kugler og servér.

Fufu spises traditionelt ved, at man tager et lille stykke med fingrene, former det til en oval kugle og laver en fordybning med tommefingeren, så det kan bruges til at opsamle sauce eller kød.