

# MUMU

~ tradiční jídlo Papuánců



**Čas přípravy: cca 0,5 hod + 1,5 hod pečení**  
~ cca 10 porcí

- 1 velký banánový list (možno objednat na internetu, případně vynechat) – nekonzumuje se, dodá jídlu banánovou chuť
- 1 větší hlávkou kapusty
- 3 banány na vaření
- 3 batáty (sladké brambory)
- 4 mrkve
- cca 5 stroužků česneku
- cca 3 jarní cibulky
- čerstvý zázvor (cca 4 x 4 cm)
- 1 kg kuřecího vykostěného masa
- 1 kg vepřového masa (tučnější druh, např. bůček nebo krkovičí)
- cca 1 čajová lžička soli
- 1 čerstvý ananas, (nebo použít dýni – např. hokaido)
- 400 ml kokosového mléka (v plechovce, možné koupit ve většině obchodů)

## >> POSTUP

- 1) Kuřecí i vepřové maso omyjeme, nakrájíme na větší kousky (cca 5 x 5 cm), osolíme.
- 2) Okrouháme nakrájíme zeleninu – mrkev batáty na větší kousky, dále jarní cibulku, česnek a zázvor.
- 3) Omyjeme kapustu a rozdělíme a jednotlivé listy.
- 4) Oloupeme (okrouháme) a nakrájíme banány na vaření na silnější kolečka.
- 5) Připravíme si pekáč (případně hliníkovou pečící mísu), pokud máme banánový list, polovinu umístíme na spod pekáče. Na banánový list (na dno pekáčku) rozložíme cca polovinu listů kapusty. Na kapustu rozprostřeme nakrájené banány na vaření a poté všechny nakrájenou zeleninu.
- 6) Na vrstvu zeleniny pokládáme kousky nasoleného masa (kuřecí a vepřové).
- 7) Celou směs zalijeme kokosovým mlékem, poté na maso nakládáme kousky ananasu nebo dýně.
- 8) Navrch naskládáme zbylou část kapustových listů a na ně zbylou část banánového listu.
- 9) Pevně uzavřeme (obalíme) alobalem a dáme péct do trouby (horní a spodní ohřev) na cca 1,5–2 hodiny na vysokou teplotu.
- 10) Servírujeme a pochutnáváme si.

# AIGIR

~ jídlo kmene Tolaiů



**Čas přípravy: cca 0,5 hod + 1,5 hod pečení**  
~ cca 5 porcí

- 1 kg kuřecích kousků (horní a dolní stehna, křídla)
- cca půl čajové lžičky soli
- 150 ml kuřecího vývaru (domácí nebo z bujónu)
- 400 ml kokosového mléka (v plechovce, možné koupit ve většině obchodů)
- 2–3 ks batátů (sladké brambory)
- 1 středně velká cibule
- 2 velká rajčata
- 150 g čerstvého baby špenátu
- 2–3 ks banánů na vaření
- 1 limetka (citron)
- kokosový (případně olivový) olej na smažení

## >> POSTUP

- 1) Oloupeme batáty a banány na vaření, rozkrojíme podélně a párkrát rozkrojíme na velké kusy. Položí na dno pekáče. Na zeleninu naskládáme nasolené kousky kuřete. Zalijeme kokosovým mlékem a kuřecím vývarem.
- 2) V pánvi zvlášť na rozpáleném kokosovém oleji orestujeme na proužky nakrájenou cibuli a baby špenát (cca 2 min), přidáme nadrobno nakrájená rajčata, osolíme a restujeme další cca 4 min.
- 3) Poté vše přidáme na pekáč k masu a zelenině.
- 4) Vymačkáme šťávu z jedné limetky (středně velkého citrónu) a zalijeme tím připravenou směs. Navrch můžeme ozdobit petrželkou.
- 5) Dobře uzavřeme (obalíme) alobalem a pečeme v rozehráté troubě (horní a spodní ohřev) na co nejvyšší teplotu cca 1,5 hodiny.
- 6) Servírujeme.

