



Authentieke Kaukasische Sjasliet van de BBQ met Traditionele Kaukasische Saus

Niveau: Gemiddeld

Land van herkomst: Kaukasus / Oost-Europa

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 30 minuten + 12 uur marineren

Ingrediënten sjasliet:

- **1 kilo procureur, in stukken van 4x4 cm**

Ingrediënten marinade:

- **400 ml volle kefir**
- **2 grote uien (geraspt of zeer fijn gesneden)**
- **1 el zonnebloemolie (traditioneel in de Kaukasus)**
- **2 tl zout**
- **1 tl zwarte peper**
- **1 tl korianderpoeder**
- **1 laurierblaadje (gekneusd)**
- **1 tl paprikapoeder (optioneel, moderne toevoeging maar vaak gebruikt)**
- **1 kleine teen knoflook (geperst, optioneel maar populair in Georgische stijl)**

Ingrediënten traditionele saus:

- **400 g gezeefde tomaten**
- **2 tenen knoflook, fijngehakt**
- **1 kleine rode ui, zeer fijn gesnipperd**
- **1 el rode wijnazijn**
- **1 tl suiker**
- **1 tl gerookt paprikapoeder**
- **2 el verse koriander, fijngehakt**
- **2 el verse peterselie, fijngehakt**
- **peper en zout naar smaak**

Bereiding marinade:

Ui als smaakmotor:

- Rasp de uien of snijd ze zo fijn mogelijk. In deze marinade is ui niet alleen smaak, maar ook enzymatische basis. Hoe fijner, hoe beter de werking.

Marinade bouwen:

- Meng kefir, ui, olie, zout en kruiden tot een romige, licht dikke marinade. De olie helpt straks bij de karamellisatie op de BBQ.

Vlees toevoegen:

- Voeg 1 kg procureur of lamsvlees toe en masseer het goed in de marinade. Elk stukje moet bedekt zijn, maar niet verdrinken.

Rusttijd:

- Laat minimaal **10–12 uur** marineren in de koelkast. Voor optimaal resultaat: **12–18 uur**.
- Niet langer dan 24 uur, anders verliest het vlees zijn structuur.

Bereiding traditionele saus:

- Meng de gezeefde tomaten met knoflook, rode ui, azijn, suiker en paprikapoeder.
- Roer de verse koriander en peterselie erdoor en breng op smaak met peper en zout. Laat de saus minstens een uur rusten zodat de smaken mooi samenkomen.

Voorbereiding BBQ:

- Stook de barbecue op naar een directe temperatuur van ongeveer 220°C.

Voorbereiding grillen:

- Haal het vlees uit de marinade en veeg overtollige kefir er licht af (niet wassen!)
- Rijg het vlees strak aan metalen spiesen. Verwijder overtollige ui uit de marinade om verbranding te voorkomen.

Grillen:

- Gril de sjaslië gedurende 12 tot 15 minuten boven hete houtskool. Draai de spiesen regelmatig zodat rondom een goudbruine korst ontstaat terwijl het vlees van binnen sappig blijft.
- Laat het vlees na het grillen enkele minuten rusten voordat je het serveert.

Serveren:

- Serveer de sjaslië rechtstreeks van de spies met de traditionele tomatenkruidensaus, platbrood, ingelegde groenten en dun gesneden rode ui.
- Optioneel: bestrooi de sjaslië met wat sumak.

Приятного аппетита!