



Hähnchencurry mit Kokos:



© mamsizz / Fotolia

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Hähnchenbrustfilet
 - 1 Bund Frühlingszwiebeln
 - 1 Mango
 - 1 rote Paprikaschote
 - 1 rote Chilischote
 - 125 g Basmatireis
 - Salz
 - 1 EL Öl (z.B. Erdnussöl)
 - 1 EL Erdnussbutter
 - Ingwer, gerieben
 - frischer Koriander
- Für die Brühe:
- 200 ml Gemüsebrühe
 - 1 TL Curry
 - 1 TL Paprikapulver
 - ½ TL gemahlener Koriander
 - ½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer
 - 150 ml Milky Coco

Zubereitung:

Reis ins kochendes Salzwasser geben, aufkochen, anschließend im geschlossenen Topf bei schwacher Hitze ca. 18 Minuten quellen lassen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln waschen und in dicke Scheiben schneiden. Paprika waschen und klein würfeln. Chili waschen, die Kerne entfernen, in sehr feine Streifen schneiden. Mango in große Würfel schneiden.



Das Öl in eine Pfanne geben, erhitzen, das Fleisch kräftig anbraten. Paprikawürfel hinzugeben, mitbraten. Frühlingszwiebeln, Chilistreifen und Mangowürfel hinzufügen und unter Wenden kurz mit anbraten. Dann mit der Brühe ablöschen. Einmal aufkochen lassen und danach ca. 8 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Hähnchencurry und Reis mit frischem Koriander servieren.

Guten Appetit!