

Papaya-Curry-Huhn mit Reis

Für 2 Personen

2 Hähnchenbrustfilets, a 150 g	1 Papaya	125 g Langkornreis
70 g Sahne	60 g Butter	25 g Rinderfond
15 g Gemüsefond	2 Zwiebeln	2 Nelken
2 TL Mehl	2 TL Currypulver	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Reis in Salzwasser bissfest garen. Das Mehl mit Currypulver vermengen und mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und in der Mehl-Curry-Mischung wälzen. Das Fleisch in der Pfanne rundum anbraten. Nun eine Zwiebel abziehen, würfeln, zu dem Huhn geben und glasig dünsten. Anschließend das Ganze mit dem Rinder- und Gemüsefond ablöschen. Die andere Zwiebel abziehen, mit den Nelken spicken und dazu geben. Die Soße auf niedriger Hitze circa zehn Minuten köcheln lassen. Die Papaya schälen, in Streifen schneiden und mit der Sahne in die Soße geben. Das Ganze mit dem Currypulver abschmecken. Das Papaya-Curry-Huhn mit dem Reis auf Tellern anrichten.

Christel Müller am 03. Dezember 2009