

## Ingwer-Hähnchen-Brust, Kokos-Curry-Spinat, Würz-Rösti

### Für zwei Personen

2 Hähnchenbrustfilets, à 150 g	400 g festk. Kartoffeln	200 g junger Blattspinat
1 Limette	2 Schalotten	1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe	1 Muskatnuss	10 Fenchelsamen
1 Knolle Ingwer, klein	1 Bund Koriander	1 TL Currypulver
2 EL Majoran, gemahlen	1 TL Chilipulver	1 EL Speisestärke
100 ml Kokosmilch	3 EL Erdnussöl	1 TL helles Sesamöl
Olivenöl	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. Den Ingwer schälen und eine Hälfte in Scheiben schneiden. Etwas Koriander zupfen. Die Hähnchenbrustfilets waschen und trocken tupfen. Zwei Esslöffel Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen. Die Hähnchenbrustfilets darin auf der Hautseite knusprig anbraten, anschließend wenden und etwa drei Minuten weiter anbraten. Die Ingwerscheiben und den Koriander mit in die Pfanne geben und mit dem Sesamöl beträufeln. Anschließend das Fleisch in der Pfanne auf mittlerer Schiene im vorgeheizten Backofen etwa fünfzehn Minuten garen lassen. Für die Würzrösti die Kartoffeln schälen und klein reiben. Einen halben Esslöffel Speisestärke untermischen. Die Muskatnuss reiben und etwas Muskat hinzufügen. Die Fenchelsamen zerstoßen und zu den geriebenen Kartoffeln geben. Ebenso mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und Majoran würzen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Aus etwas Kartoffelmasse einen Rösti formen und diesen in der Pfanne goldgelb braten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Spinat verlesen, waschen und trocknen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Die Schalotten, eine Hälfte der Knoblauchzehe und den restlichen Ingwer in kleine Würfel schneiden. Die Chilischote waschen, trocken tupfen, von den Kernen befreien und eine Hälfte fein hacken. In einer Pfanne das restliche Erdnussöl erhitzen. Eine Hälfte der Schalotten und des Knoblauchs mit dem Ingwer und der Chilischote etwa zwei Minuten darin andünsten. Etwa einen halben Teelöffel Currypulver hinzufügen und ebenfalls kurz mit andünsten. Mit der Kokosmilch ablöschen und etwa fünf Minuten einkochen lassen. Die Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Die Kokossoße mit Salz und etwa einem Teelöffel Limettensaft abschmecken. Den Spinat in einer Pfanne mit dem restlichen Knoblauch und den restlichen Schalotten kurz andünsten, bis er zusammenfällt. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und unter die Kokossoße heben. Die Ingwer-Hähnchenbrust mit dem Kokos-Curry-Spinat und dem Würzrösti auf einem Teller anrichten und servieren.

Daniel Briest am 07. März 2012