

Hühnchen-Kokos-Curry mit Basmati-Reis und Cashewnüssen

Für zwei Personen

Für das Hühnchen-Kokos-Curry:

1 rote Paprika	2 Karotten	1 kleine Stangen Lauch
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	150 g Bambussprossen
100 g Cashewnüsse	200 ml ungesüßte Kokosmilch	300 ml Gemüsefond
3 EL Chili Sauce	1 EL Sojasauce	1 Zweig Basilikum
1 Zweig glatte Petersilie	1 Bund Schnittlauch	1 Prise Currypulver
3-4 TL rote Currypaste	6 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
1 Prise Salz	1 Prise bunter Pfeffer	

Für den Reis:

150 g Basmati Reis	2 große Tassen Wasser	1 TL Salz
--------------------	-----------------------	-----------

Reis zusammen mit Salz aufkochen lassen und 20 bis 25 Minuten durchziehen lassen, bis er weich ist. Für das Hühnchen-Kokos-Curry Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen, klein schneiden und im Wok anbraten. Mit Pfeffer, Salz und Currypulver würzen. Fleisch aus dem Wok nehmen und ruhen lassen.

Das gesamte Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden, gegebenenfalls schälen und entkernen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, klein schneiden und mit dem übrigen Gemüse im Wok glasig andünsten. Abgetropfte Sprossen hinzugeben. Currypaste und Zucker unterrühren, mit Fond ablöschen und das Ganze etwa zehn Minuten köcheln lassen. Kräuterblätter abzupfen und klein schneiden. Fleisch wieder dazugeben, Kokosmilch angießen, Kräuter hinzugeben und mit Chili-Sauce und Sojasauce abschmecken.

Cashewnüsse in einer Pfanne ohne Öl anbraten und zusammen mit Reis und Curry auf Tellern anrichten und mit Kräutern garniert servieren.

Daniel Türpitz am 07. Oktober 2015