

Puten-Curry mit Basmati-Reis

Für zwei Personen

Für das Putencurry:

300 g Putenbrustfilet	1 Banane	1 Mini-Mozzarella
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Stück Ingwer
50 g Erdnüsse	2 Stängel Koriander	$\frac{1}{2}$ Limette
100 ml Geflügelfond	100 ml Kokosmilch	1 TL Currypulver
1 EL Erdnussöl	Salz	Cayenne-Pfeffer

Für den Basmatireis:

125 g Basmatireis	Salz
-------------------	------

Basmatireis nach Packungsanleitung zubereiten.

Putenbrustfilet waschen, trocken tupfen und würfeln. Den Ingwer schälen und fein reiben. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln. Saft der Limette auspressen. Banane schälen, in Scheiben schneiden und mit Limettensaft beträufeln.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Putenbrustwürfel, Zwiebel und Ingwer darin anbraten. Knoblauch in Scheiben schneiden und hinzugeben. Bananenscheiben ebenfalls dazugeben und für zwei bis drei Minuten mitbraten. Mit Currypulver abschmecken und mit Fond ablöschen. Kokosmilch hinzufügen, kurz aufkochen und anschließend zehn Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Koriander abbrausen, die Blätter abzupfen und klein hacken.

Mini-Mozzarella in der Sauce anschmelzen lassen.

Erdnüsse in einer Pfanne anrösten.

Den Reis mit der Sauce auf Tellern anrichten, mit Erdnüssen und Koriander bestreuen und servieren.

Xandra Bauer am 28. Oktober 2015