

Thai-Curry mit knusprigem Sesam-Hähnchen und Jasmin-Reis

Für zwei Personen

Für die Currypaste:

4 kleine, gelbe Chilis	1 rote Chili	1 EL Koriandersamen
1 TL Kreuzkümmel	$\frac{1}{2}$ Zimtstange	1 Muskatblüte
3 Schalotten	1 Knolle Ingwer à 3 cm	1 Knolle Galgant à 3 cm
1 Knolle Kurkuma à 2 cm	2 Stangen Zitronengras	5 Kaffir-Limettenblätter
1 TL Garnelenpaste	1 Muskatnuss	1 TL Zucker
$\frac{1}{2}$ TL feines Salz	10 Pfefferkörner	

Für die Gemüseeinlage:

10 Zuckerschoten	$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ grüne Paprika
$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	$\frac{1}{2}$ Karotte	$\frac{1}{2}$ Zucchini
5 Champignons	1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Schalotte
Salz	Pfeffer	

Für das Sesamhähnchen:

1 Hähnchenbrust à 300 g	2 EL helle Sesamsaat	2 EL dunkle Sesamsaat
50 ml Sojasauce	2 Eier	100 g Mehl

Für den Reis:

125 g Jasminreis

Für das Curry:

2 EL gelbe Currypaste	100 ml Wermut	500 ml Kokosmilch
1 EL Fischsauce	2 EL Sojasauce	Pflanzenöl

Für die Currypaste:

Die trockenen Gewürze in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten.

Ingwer, Galgant und Kurkuma schälen und fein reiben. Das Zitronengras mit dem Messerrücken plattieren und fein schneiden. Die Gewürze abkühlen lassen und mit den übrigen Zutaten im Mörser zu einer glatten Paste verarbeiten.

Mit Kurkuma leuchtend gelb einfärben.

Für die Gemüseeinlage:

Die Paprikaschoten halbieren, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und kleinschneiden. Die Karotten schälen, von den Enden befreien und grob schneiden. Zusammen mit den Zuckerschoten in kochendem Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

Die Zucchini in feine Scheiben schneiden und vierteln. Die Schalotte abziehen, halbieren und fein würfeln. Die Champignons mit einer Pilzbürste sorgfältig putzen und vierteln.

Das Gemüse einem großen Topf mit Öl andünsten, leicht salzen und pfeffern.

Für das Sesamhähnchen:

Die Fritteuse auf 180 Grad vorheizen.

Das Hähnchen waschen, trockentupfen, in Stücke schneiden und in Sojasauce marinieren.

Die Eier verquirlen. Die Hähnchenstücke in Mehl wenden, durch die Eiermasse ziehen und im Sesam panieren.

Die panierten Hähnchenstücke in der Fritteuse ausbacken.

Für den Reis:

Den Reis in leicht gesalzenem Wasser im Verhältnis 1:2 aufkochen und quellen lassen.

Für das Curry:

Die Paste in einer Pfanne mit etwas Öl andünsten und mit Wermut ablöschen.

Fischsauce und Sojasauce zugeben. Mit der Kokosmilch ablöschen und köcheln lassen. Durch

ein Sieb passieren und warm halten.

Das Gemüse mit der Currysauce ablöschen und leicht einköcheln lassen.

Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alex Schöpe am 09. April 2019