

Hähnchen-Curry mit gebratener Ananas

Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1/2 Bund glatte Petersilie
1 rote Paprika	200 g frische Ananas	2 Hähnchenbrustfilets
3 EL Olivenöl	1 TL Curry	1 TL Mehl
200 ml Geflügelbrühe	150 ml Kokosmilch, ungesüßt	1/2 Bund Thai-Basilikum
Salz, Pfeffer	1 EL Butter	

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Mit einem Sparschäler die Haut der Paprika dünn abschälen, Paprika halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Die Ananas schälen, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese halbieren und den festen Mittelstrunk ausschneiden. Die Hähnchenbrüste in Stücke schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl kurz anbraten (ca. 2 Minuten), aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. In der Pfanne mit 1 EL Olivenöl Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Paprika zugeben mit anschwitzen. Curry darüber streuen und gut durchmischen. Mit Mehl bestäuben und mit Geflügelbrühe und Kokosmilch aufgießen. Die Soße ca. 3 Minuten durchkochen. Das Fleisch und Thai-Basilikumblätter untermischen und abschmecken. Die Ananasscheiben in einer Pfanne mit 1 EL Butter von beiden Seiten anbraten und mit grobem Pfeffer bestreuen. Das Hähnchencurry anrichten und die gebratene Ananas zugeben. Dazu passt sehr gut Basmatireis.

Vincent Klink Donnerstag, 12. Februar 2009