

# Curry mit Huhn

## Für 4 Personen

200 g Rote Linsen	2 Zwiebeln	1 Stück Ingwer
2 Zehen Knoblauch	2 Stängel Zitronengras	2 Rote Chili
2 EL Erdnussöl	2 Hühnerbrustfilets	Salz
1 Prise Kurkuma	1 Prise Kreuzkümmel	1/2 TL Koriandersamen
1 l Hühnerbrühe	1/2 l Kokosmilch	1 TL Honig
1 Zitrone	2 EL Erdnüsse	1 Bund Möhren
2 Lauchzwiebeln	1/2 Bund Koriander	

Die Linsen in Wasser einweichen. Eine Zwiebel, Ingwer, Knoblauch, Zitronengras, Chili putzen und fein schneiden. 1 EL Erdnussöl in einem Topf erhitzen und Zwiebel, Ingwer, Knoblauch, Zitronengras und Chili darin anbraten. Die Hühnerbrüste salzen und mit anbraten. Kurkuma, Kreuzkümmel und Koriander zugeben, kurz weiterbraten, mit ca. 100 ml Hühnerbrühe ablöschen. Fleisch herausnehmen und warm stellen. Kokosmilch zugeben, ca. 10 Minuten köcheln lassen, pürieren und passieren. Mit Salz, Honig und Zitrone abschmecken. Das Fleisch wieder einlegen und falls nötig in der Soße zu Ende garen. Die Erdnüsse fein hacken und dazugeben. Möhren putzen und schneiden. Eine Zwiebel schälen, würfeln und in Erdnussöl anschwitzen, Möhren dazugeben, salzen und bei kleiner Hitze weich dünsten. Lauchzwiebeln fein schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Beides unter die gedünsteten Möhren geben und mit Honig abschmecken. Restliche Hühnerbrühe aufkochen, rote Linsen hineingeben und weich kochen (dies geht sehr schnell). Hühnerbrüste mit Linsen und Möhren und der Soße anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. Februar 2010