

# Mit Garnelen gefüllte Hühner-Brust auf Curry-Kohl

**Für zwei Personen**

**Für Hühnerbrust, Garnelen:**

3 Hühnerbrüste	200 g rohe Garnelen	$\frac{1}{2}$ rote Paprika
50 ml Sahne	Öl	Salz
Pfeffer	3 Eiswürfel	

**Für den Kohl:**

1 Chinakohl	200 ml Kokosmilch	2 TL Currypulver
1 TL ganzer Kümmel	Öl	Salz, Pfeffer

**Für Hühnerbrust, Garnelen:**

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Paprika putzen, von Kernen und Scheidewänden befreien und eine Hälfte in Würfel schneiden.

Eine Hühnerbrust waschen, trockentupfen, in Würfel schneiden und mit Eis, Sahne, Paprika, Salz und Pfeffer in einem Küchenmixer ca. 15 Sekunden mixen, bis eine glatte Farce entstanden ist. Garnelen waschen, trockentupfen, würfeln und unter die Farce heben.

Garnelenfarce in einen Spritzbeutel abfüllen. In die beiden Hühnerbrüste je eine Tasche schneiden und die Farce einfüllen. Die Brüste in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten und im Ofen ca. 12 Minuten garen.

**Für den Kohl:**

Kohl putzen, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Öl in einem Bräter erhitzen und den Kohl darin anschwitzen. Mit der Kokosmilch ablöschen und kurz köcheln lassen. Mit Curry, Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Freitag am 26. Mai 2020