

Enten-Curry mit Kokos und Mango

Für 2 Personen

2 Entenbrüste mit Haut	2 EL Öl	Salz, Pfeffer
1 kleine Zwiebel	1 kleine rote Chilischote	1 EL gewürfelter Ingwer
400 ml Kokosmilch	1 Mango	2 EL gehackte Morcheln
1 EL Mango-Chutney	1 EL mildes Currypulver	1 EL Kokosraspel
4 EL süße Chilisauc	3 Kaffir-Limettenblätter	Duftreis

Den Backofen auf 80°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch mit Haut in etwa 2 $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten kräftig anbraten, salzen und pfeffern und in den Backofen stellen.

Zwiebel schälen und würfeln. Chili entkernen und ebenfalls würfeln.

Das restliche Öl im Wok oder einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Chili und Ingwer darin anbraten. Mit der Kokosmilch ablöschen, die Ente aus dem Ofen nehmen und dazugeben. Die Mango vom Kern befreien, würfeln und mit den restlichen Zutaten in den Wok geben. Alles gut vermengen und 10 Minuten sanft köcheln lassen. Noch einmal abschmecken und mit Duftreis servieren.

Christian Henze am 28. Februar 2020