

Porridge nach thailändischer Art

Für 2 Portionen

Rapsöl	1 Maishähnchenbrust	2 Karotten
1 kleines Stück Ingwer	1/2 Peperoni	1 TL Paprikapulver
50 g kernige Haferflocken	1/2 Hand Cashewkerne	Prise Zucker
Saft von 1 Zitrone	400 ml Geflügelfond	6 EL Kokosmilch
2 EL Kokosflocken	3 Stangen Zitronengras	1 Schuss Kokosessig
Salz	frischer Koriander	

Den Ofen auf 185 Grad Umluft vorheizen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Sobald es heiß ist, das Hähnchen hineinlegen und von beiden Seiten kurz anbraten.

Die Karotten schälen und anschließend raspeln.

Die Haut der Ingwerknolle mit einem Messer abschneiden und den Ingwer ebenfalls raspeln.

Die Peperoni in kleine Ringe schneiden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und darin das Gemüse anschwitzen.

Paprikapulver, kernige Haferflocken und die Cashews hinzugeben.

Tipp: Kernige Haferflocken werden nicht so schnell schleimig.

Den Saft der Zitrone über das Gemüse auspressen.

Anschließend alles mit Geflügelfond ablöschen.

Zitronengras mit einem Messer aufspalten und mit Kokosmilch und Kokosflocken ins Gemüse geben und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Das angebratene Hähnchen mit etwas Salz würzen und mit der Pfanne in den vorgeheizten Ofen geben und dort 5-10 Minuten fertig garen.

1 Schuss Kokosessig zum Gemüse geben und anschließend das Zitronengras aus dem Topf nehmen.

Das Hähnchen aus dem Ofen nehmen, nochmal etwas salzen, in kleine Streifen schneiden und auf einem tiefen Teller anrichten.

Frischen Koriander inklusive Stielen grob hacken und über das Hähnchen geben.

Das Gemüseporridge darüber geben und alles mit etwas Kokosmilch beträufeln.

Björn Freitag am 09. Mai 2022