

Srilankischer Brotsalat mit Hähnchen-Brust

Für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

200 g Hähnchenbrustfilet Butterschmalz Salz, Pfeffer

Für das Kokos-Roti:

100 g Kokosflocken 200 g Mehl Chilipulver
Butterschmalz Salz Pfeffer

Für das Kottu:

1 große Karotte 1 Stange Lauch 1 milde Chilischote
3 Knoblauchzehen 5 cm Ingwer 2 Eier
35 g Gouda 1 TL Currypulver 1 TL Zimt
1 TL gemahlener Koriander Butterschmalz Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Für das Dressing:

1 Limette 2 EL Sojasauce 2 EL Kokosblütenzucker

Für die Garnitur:

3 EL Cashewkerne 2 Zweige Koriander 1 Zweig Minze
1 EL heller Sesam

Für die Hähnchenbrust:

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Filet salzen und pfeffern und in einer Pfanne in Butterschmalz scharf anbraten. Für fünf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Kurz vor dem Anrichten in mundgerechte Stücke schneiden und nochmal durch die Pfanne schwenken.

Für das Kokos-Roti:

Die Kokosflocken für zehn Minuten in 150 Milliliter Wasser einweichen.

Mit Pfeffer, Salz und Chili würzen. Mehl hinzugeben und zu einem Teig kneten. Fladen formen und in einer Pfanne mit Butterschmalz ausbacken bis sie kross sind. Abtropfen lassen und sobald sie erkaltet sind, in dünne Streifen schneiden.

Für das Kottu:

Karotte schälen, mit Lauch in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz leicht anbraten.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und mit Ingwer fein hacken.

Beides mit dem Knoblauch zum Gemüse geben.

Gemüse mit den Gewürzen abschmecken, eventuell mit etwas Dressing (von unten) ablöschen. Vor dem Servieren Eier verquirlen und mit geriebenem Käse zum Gemüse in die Pfanne geben und unterrühren.

Für das Dressing:

Limette auspressen und den Saft auffangen. 2 EL Limettensaft, Sojasauce und Kokosblütenzucker zu einem Dressing anrühren.

Für die Garnitur:

Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

Roti-Streifen unter das Gemüse heben und mit dem Dressing und den Cashewkernen vermengen. Mit Koriander, Minze und Sesam garnieren und mit der Hähnchenbrust zusammen servieren.

Manuel Prennig am 28. Juni 2021