

Chickenballs mit rotem Linsen-Curry

Für zwei Personen

Für das Linsencurry:

150 g rote Linsen	500 ml Hafermilch	50 g Madras Curry
5 g Ingwer	30 ml Rapsöl	

Für die Chicken Balls:

2 Hähnchenbrüste mit Haut	10 Basilikumblätter	100 g Kernemix
1 TL Harissa	20 ml Rapsöl	Salz, Pfeffer

Für das Linsencurry:

Ingwer schälen und reiben. Die roten Linsen zusammen mit Ingwer und Curry in Rapsöl anschwitzen. Mit Hafermilch auffüllen und ca. 20 Minuten weichköcheln. Erst dann mit Salz würzen und abschmecken.

Für die Chicken Balls:

Die Hähnchenbrüste von der Haut befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem großen Messer so lange fein hacken, bis die Masse leicht bindet. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Basilikum und Harissa mit der Hähnchenmasse vermengen. Anschließend kleine Bällchen formen. Kernemix zerstoßen und die Bällchen durch den Kernemix wälzen. In Rapsöl von beiden Seiten goldgelb braten.

Chickenballs auf dem Linsencurry anrichten, mit Basilikum garnieren und servieren.

Mario Kotaska am 22. Februar 2019