

Hähnchen-Curry mit Basmati-Reis

Für zwei Personen

Für das Curry:

3 Hähnchenbrustfilets à 150 g	4 Schalotten	1 Knolle Ingwer à 20 g
4 Zehen Knoblauch	250 ml ungesüßte Kokosmilch	200 g Sahne
200 g Schmand	4 EL Sonnenblumenöl	2 Lorbeerblätter
4 TL Curry	2 EL Korianderblätter	Zucker
Kurkuma	Cayennepfeffer	Ras-el-Hanout
Chilipulver	Salz	Pfeffer

Für den Reis:

150 g Basmatireis	500 ml Gemüsefond
-------------------	-------------------

Für den Reis Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen. Den Reis dazugeben und gar ziehen lassen.

Für das Curry Zwiebeln abziehen und würfeln. Ingwer reiben. Knoblauch abziehen und klein hacken und in einer Pfanne mit Öl und den Lorbeerblättern und dem Koriander anbraten. Sahne, Schmand und Kokosmilch hinzugeben und köcheln lassen.

Eine weitere Pfanne mit Öl aufstellen. Das Hähnchenbrustfilet hineingeben und von allen Seiten anbraten. Danach in Streifen schneiden, in die andere Pfanne geben und mit den verschiedenen Gewürzen abschmecken.

Reis mit Hilfe eines Servierringes in der Mitte eines tiefen Tellers anrichten und mit dem Curry auffüllen.

Stefan Schake am 04. Februar 2016