

Hähnchen-Curry mit frischen Früchten und Reis

Für zwei Personen

Für das Hähnchencurry:

2 Hähnchenbrüste, à ca. 200 g	1 Stange Zitronengras	1 Knolle Ingwer
1 Chili	1 Zehe Knoblauch	1 Frühlingszwiebel
200 ml Kokosmilch	1 EL Rote Currypaste	20 g Currypulver
1 Prise Kurkumapulver	Rapsöl	Salz
Pfeffer		

Für den Reis:

300 g Basmatireis	Salz	Pfeffer
-------------------	------	---------

Für die Früchte:

1 Banane	1 kleine Ananas	1 Mango
20 g Butter	Pfeffer	

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie

Reis waschen, in Salzwasser circa 15 Minuten bissfest garen.

Für das Hähnchencurry Knoblauch abziehen, schälen und fein würfeln. Frühlingszwiebel und Ingwer ebenfalls schälen und fein würfeln. Frühlingszwiebel von der äußeren Schale und den Enden befreien und in feine Ringe schneiden. Hähnchen waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten. Frühlingszwiebel, Knoblauchwürfel, Zitronengras und Ingwer hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Kurkuma und Curry würzen. Mit Kokosmilch ablöschen. Circa zehn Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren die Zitronengrasstange wieder herausnehmen.

Ananas und Mango schälen, von Kern und Strunk befreien und in Würfel schneiden. Die Banane ebenfalls schälen und in Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne leicht erhitzen, die Fruchtwürfel darin schwenken und leicht warm werden lassen. Mit einer Prise Pfeffer würzen. Die Fruchtwürfel auf das Hähnchencurry geben.

Für die Garnitur die Petersilie waschen und fein hacken.

Hähnchencurry mit Reis und frischen Früchten auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.

Gabriela Matti am 14. März 2016