

Orientalisches Hähnchen mit Couscous

Für zwei Personen

Für das Hähnchen:

2 Hähnchenbrüste à 160 g Pflanzenöl Salz
Pfeffer

Für die Sauce:

2 Fleischtomaten	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Limette (Abrieb)	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	150 ml Geflügelfond
gemahlene Gewürznelken	1 Muskatnuss	Currypulver
gemahlener Koriander	gemahlener Kardamom	neutrales Pflanzenöl
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Couscous:

250 g schneller Couscous 1 EL Butter 500 ml Geflügelfond
 $\frac{1}{2}$ Bund Koriander

Für das Hähnchen:

Die Hähnchenbrust abspülen und trocken tupfen. Das Fleisch in kleine Stücke schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen und Hähnchenbrustwürfel darin braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch aus der Pfanne nehmen und bei Seite stellen.

Für die Sauce:

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und würfeln. In einer Pfanne Öl erhitzen und Würfel andünsten. Die Schale einer Limette abreiben. Tomaten waschen, den Stunk entfernen und klein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Gewürznelken, Muskat, Currypulver, gemahlener und frischer Koriander, Kardamon, Salz, Pfeffer, Limettenschale, Zucker, Fond und Tomaten dazu geben und 10 Minuten einkochen lassen. Die Hähnchenbrust in die warme Sauce geben.

Für den Couscous:

In einem Topf Geflügelfond erhitzen. Couscous hinzugeben und 15 Minuten auf mittlerer Stufe kochen lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Mit Butter und Koriander vermengen.

Das Orientalische Hähnchen mit Couscous auf Tellern anrichten und servieren.

Ruth von Gostomski am 02. Mai 2017