

Rotes Curry mit Hähnchen und Pak Choi

Für zwei Personen

Für das Curry:

250 g Hähnchenbrust	1 Pak Choi	10 g Ingwer
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote, scharf
1 Bund Lauchzwiebeln	10 Cherry-Tomaten	1 Bund Koriander
1 Limette	200 g Erdnusskerne	1 TL Erdnussbutter
1 Dose Polpa Tomaten	2 TL Tomatenmark	200 ml Kokosmilch
2 EL Sojasoße	150 ml Gemüsefond	1 TL Erdnussöl
2 EL Erdnussöl	2 EL rote Thai-Paste, zum	Abschmecken
1 TL Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Reis:

150 g Basmati	Salz
---------------	------

Für die Garnitur:

1 Limette	2 Zweige Koriander	15 g Erdnüsse, gesalzen
-----------	--------------------	-------------------------

Für das Curry:

Den Ingwer schälen und kleinschneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen, die Zwiebel fein hacken, den Knoblauch pressen. Chili waschen und mit Kernen in feine Stücke schneiden. Cherrytomaten waschen und halbieren. Ingwer, Schalotten, Knoblauch und Chili mit 1 TL Erdnussöl mörsern. Erdnüsse hacken, Lauchzwiebeln abbrausen, trockenwedeln und in feine Ringe schneiden. Pak Choi waschen, trockenschleudern und in Stücke schneiden.

Fleisch waschen und trocken tupfen, von Sehnen und Fasern befreien und in mundgerechte Streifen schneiden. Erdnussöl in Pfanne erhitzen und Hähnchen dazu geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch ca. 5 Minuten pro Seite anbraten und herausnehmen. Polpa Tomaten ins heiße Bratfett geben und gemörserte Paste sowie Tomatenmark dazugeben, anschwitzen. Mit Brühe und Kokosmilch ablöschen.

Cherry-Tomaten und Fleisch wieder dazugeben und aufkochen lassen. Pak Choi dazu geben. Erdnussbutter unterrühren und 4-5 Minuten bei ausgeschalteter Herdplatte ziehen lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln, abzupfen und grob hacken. Das Curry mit Sojasoße und Limettensaft sowie Zucker abschmecken.

Für den Reis:

Den Basmati in einem Sieb durchwaschen und abtropfen lassen. In einen Topf geben und die 1 $\frac{1}{2}$ -fache Menge Wasser (also circa 1 $\frac{1}{2}$ Tassen Wasser) dazu geben und salzen. Sobald das Wasser kocht, Hitze auf mittlere Stufe runter drehen. Den Reis ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen, bis das Wasser verkocht ist.

Für die Garnitur:

Die Limette heiß abwaschen und vierteln. Koriander abbrausen und trockenwedeln. Die Erdnüsse grob hacken. Das Curry garnieren.

Das Rote Curry mit Rindfleisch und Pak Choi auf Tellern anrichten und servieren.

Jan-Frederik Kolthoff am 28. Mai 2018