

Erdnuss-Kokos-Curry mit Hähnchen und Duftreis

Für zwei Personen

Für die Currypaste:

1 Knoblauchzehe	1 Chilischote	3 Stück Ingwer
2 EL Kokosmilch	2 EL Erdnussöl	4 Zweige Koriander
4 Zweige Kaffirlimettenblätter	$\frac{1}{2}$ EL Fenchelsaamen	2 TL Garam Masala
1 TL Kreuzkümmelpulver	1 TL Nelkenpulver	1 TL Kardamompulver
1 TL Edelhefeflocken	$\frac{1}{2}$ TL Kurkumapulver	1 Prise Chilipulver
Salz	Pfeffer	

Für das Curry:

1 Zwiebel	1 Limette	1 Knoblauchzehe
50 g Erdnüsse	1 TL Tomatenmark	50 g Erdnussmus
2 TL Kokosöl	1 EL Erdnussöl	500 ml Kokosmilch
$\frac{1}{2}$ l Gemüsefond	1 TL Currypulver	1 TL Kurkuma
1 TL Kreuzkümmel	1 TL Garam Masala	Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Hähnchen-Einlage:

300 g Hähnchenbrustfilet	100 g Zuckerschoten	1 Spitzpaprika
2 Frühlingszwiebeln	1 Limette	

Für den Reis:

200 g Himalaya Duftreis	Kaffirlimettenblätter
-------------------------	-----------------------

Für die Currypaste:

Den Ingwer schälen und 1 EL fein hacken. Die Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und $\frac{1}{2}$ ebenfalls hacken.

Koriander und Kaffirlimettenblätter abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Dann 2 EL Koriander und 1 TL Limettenblätter gemeinsam mit Ingwer, Chili, Fenchelsamen und den Gewürzen in einen Standmixer geben und kurz durchmischen.

Erdnussöl, Kokosmilch und Erdnussmus hinzugeben und alles nochmals gründlich mixen bis eine sämige Paste entsteht. Mit Kristallsalz und Pfeffer abschmecken.

Für das Curry:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer heißen Pfanne mit Erdnussöl leicht andünsten und anschließend mit Kokosmilch ablöschen. Die Currypaste (siehe oben) unterrühren. Nun das Tomatenmark und das Erdnussmus hinzugeben und mit dem Gemüsefond aufgießen. Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Abschließend alle Gewürze samt Limettensaft dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei geringer Temperatur warmhalten.

Währenddessen Erdnüsse leicht anrösten.

Für die Hähnchen-Einlage:

Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Nun die Zuckerschoten von ihren Fäden befreien und ebenfalls klein schneiden. Die Paprika waschen, längs aufschneiden, von ihren Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Nun Hähnchen, Zuckerschote und Paprika in das Curry geben und 10 Min.

garen lassen. Dann die Frühlingszwiebeln waschen, von Enden befreien, in Ringe schneiden und ebenfalls in das Curry geben. Abschließend das Curry mit Salz, etwas Limettensaft und etwas Zucker abschmecken.

Für den Reis:

Den Reis in einen kleinen Topf geben, leicht anrösten und mit der doppelten Menge Wasser auffüllen. Eine Prise Salz hinzugeben. Dem Reis einige Kaffirlimettenblätter beifügen und das Ganze bei geringer Temperatur leicht köcheln lassen, bis die Flüssigkeit vollständig reduziert ist. Das Curry mit dem Hähnchen und dem Duftreis auf Tellern anrichten, die Frühlingszwiebeln drüberstreuen und servieren.

Jan Gebert am 18. Oktober 2021