

Hähnchen-Curry mit Champignons, Banane, Cashews

Für zwei Personen

Für das Hähnchen-Curry:

250 g Hähnchenbrustfilet	250 g braune Champignons	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	1 Banane	1 Zitrone, Abrieb, Saft
200 ml Kokosmilch	250 ml Hühnerfond	3 EL Sojasauce
4 EL Ahornsirup	2 EL Ketjap manis	3 TL Cashewmus
2 EL gelbe Currypaste	Rapsöl	2 EL Speisestärke
1 Stange Zitronengras	Salz	Pfeffer

Für den Basmatireis:

150 g Basmati	3 EL Butter	Salz
---------------	-------------	------

Für die Cashewkerne:

50 g Cashewkerne

Für die Garnitur:

4-6 blaue essbare Blüten

Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden und mit Sojasauce marinieren. Schalotten abziehen und fein schneiden. In einer Pfanne die Schalotten in Rapsöl glasig dünsten. Fleisch dazugeben, scharf anbraten und würzen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Champignons säubern und in Scheiben schneiden. Knoblauch und Champignons in die Pfanne geben, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde. Alles kurz anbraten und ebenfalls herausnehmen.

Currypaste in die Pfanne geben und anrösten. Cashewmus dazu geben und mit Kokosmilch und Hühnerfond auffüllen. Zitronengras zum Aromatisieren dazu geben. Mit Ketjap manis, Ahornsirup, Zitronensaft sowie Salz und Pfeffer abschmecken und einkochen lassen. Nach Bedarf mit Stärke binden. Banane schälen, in Scheiben schneiden und vor dem Servieren dazu geben. Ebenfalls Fleisch und Champignons zugeben.

Zum Anrichten etwas Zitronenabrieb über dem Gericht verteilen.

Für den Basmatireis:

Reis gründlich waschen, bis das Wasser klar abfließt. Dann abtropfen lassen. Reis mit Wasser, Salz und Butter in einen Topf geben, abdecken und zunächst aufkochen lassen. Dann die Hitze auf kleinste Stufe reduzieren und den Reis zugedeckt 16 Minuten quellen lassen, bis das Wasser vollständig aufgenommen ist. Anschließend den Reis vorsichtig mit einer Gabel auflockern.

Für die gerösteten Cashewkerne:

In einer Pfanne Cashewkerne leicht anrösten und als Garnitur verwenden.

Für die Garnitur:

Blüten als Garnitur verwenden.

Karola Dietzel am 05. Januar 2026