



Biryani mit Bio-Hähnchen und Koriander-Erdnuss-Chutney



ca. 25min



2 Personen

Um die Herkunft des Biryani ranken sich in Indien die unterschiedlichsten Geschichten. Vielleicht wurde es in den Küchen der Herrscher des Mogulreichs erfunden, vielleicht wurde es aber auch von arabischen Händlern abgeschaut, die mit dem Pilaw ein ähnliches Reisgericht in die Region brachten. Wir genießen unsere heutige Variante mit buntem Gemüse, zarter Bio-Hähnchenbrust und leckerem Korianderkick und danken den Erfindern.

- 1 Paprika
- 1 Stange Lauch
- 150g Bio-Basmatireis
- 1 Packung Korma-Currypaste
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 10g Koriander
- 1 Stück Ingwer
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ¹
- 1 Packung Bio-Hähnchenbrustwürfel

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Erdnüsse (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 927kcal, Fett 49.0g,
Kohlenhydrate 75.8g, Eiweiß 43.5g



4. Chutney vorbereiten

2. Gemüse braten

5. Chutney pürieren

3. Biryani kochen

6. Fleisch garen

Das **Fleisch** trocken tupfen und in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. rundum goldbraun anbraten. Das **Chutney** zugeben und 3-4Min. mitkochen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Biryani** auf Teller verteilen, das **Fleisch** darauf anrichten, mit dem **restlichen Koriander** garnieren und servieren.