



Hähnchen-Süßkartoffel-Curry mit Cashews

und getrockneten Datteln, dazu Reis



20-30min



3-4 Personen

Ein Curry, das mit der Sonne um die Wette strahlen könnte. Die tolle Farbe, die auf deinem Teller so schön leuchtet, ist das Ergebnis einer köstlichen Komposition aus cremiger Kokosmilchsauce, die mit gelber Currypaste verfeinert wird, sowie Paprika, Süßkartoffel, zartem Hähnchenschenkelfleisch und getrockneten Datteln. Serviert wird der Seelentröster mit leckerem Jasminreis, gerösteten Cashews und aromatischem Thai-Basilikum.

- 300g Jasminreis
- 2 große Süßkartoffeln
- 2 Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 6 Hähnchenschenkel filets
- 50g getrocknete Datteln
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 400ml Kokosmilch
- 2 unbehandelte Limetten
- 10g Thai-Basilikum
- 50g Cashewkerne, geröstet & gesalzen ^{1,2}

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Erdnüsse (1), Schalenfrüchte (2). Kann
Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 1151kcal, Fett 55.9g,
Kohlenhydrate 113.9g, Eiweiß 44.6g



4. Curry kochen

2. Gemüse schneiden

5. Limetten schneiden

3. Gemüse anbraten

6. Anrichten und servieren

Die **Thai-Basilikumblätter** von den Stängeln
zupfen. Das **Hähnchen-Süßkartoffel-Curry**
mit dem **Reis** anrichten, mit den **Cashews**,
den **restlichen Lauchzwiebeln** und dem
Thai-Basilikum garnieren und mit den
Limettenspalten servieren.