



Indischer Curry-Pie mit Hähnchen mit Blumenkohl und Süßkartoffeln



30-40min



2 Personen

Es ist mal wieder an der Zeit, den Ofen anzuschmeißen, findest du nicht auch? Aber erstmal kommt die köstliche Mischung aus Blumenkohl, Süßkartoffeln, saftigem Hähnchen, Crème fraîche und Currysauce schön in die Pfanne. Dann Blätterteig drüber, geschmeidig backen, mit aromatischem Koriander garnieren, fertig! Ein herzhafter Genuss der Extraklasse, der sich sehen und schmecken lassen kann.

Was du von uns bekommst

- 1 kleiner Blumenkohl
- 1 Süßkartoffel
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 200g Currysauce „Butter Chicken“-Style ²
- 1 Becher Crème fraîche ²
- 10g Koriander
- 1 Pck. Blätterteig ¹
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ²
- 2EL Weizenmehl ¹
- Salz
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Die Stärkelösung aus Wasser und Mehl hilft, die Sauce zu verdicken.

Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1440kcal, Fett 94.0g, Kohlenhydrate 94.5g, Eiweiß 47.4g



1. Gemüse braten

Den Backofen auf 210°C (190°C Umluft) vorheizen. Den **Blumenkohl** in mundgerechte Röschen zerteilen. Die **Süßkartoffel** schälen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Beides in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze in 10-12Min. gar braten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne wird direkt weiterverwendet.



4. Koriander schneiden

Eine **Handvoll Korianderblätter** zum Garnieren beiseitelegen. Den **restlichen Koriander** fein schneiden, mit dem **Gemüse** zum **Fleisch** in die Pfanne geben und gründlich unterheben.



2. Fleisch braten

Das **Fleisch** trocken tupfen und in ca. 3cm große Würfel schneiden. In derselben Pfanne mit 1EL Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze in ca. 3Min. leicht bräunlich anbraten.



5. Pie backen

Eine mittelgroße Auflaufform mit 1EL Butter einfetten. Das **Curry** hineingeben, mit dem **Blätterteig** abdecken und ein paar Mal einstechen. Den **Pie** im Ofen 18-22Min. backen, bis der **Teig** goldbraun und leicht knusprig ist. Ca. 10Min. abkühlen lassen und mit dem **restlichen Koriander** garniert servieren.



3. Sauce köcheln

1 Knoblauchzehe schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. 2EL Mehl mit 1½EL Wasser verrühren, mit dem Knoblauch, der **Currysauce** und der **Crème fraîche** zum **Fleisch** in die Pfanne geben und 2-3Min. köcheln lassen, bis die **Sauce** eindickt, dann vom Herd nehmen.



6. Glänzender Pie

Dieser Curry-Pie ist geschmacklich sowieso ein Glanzstück, aber wenn du ihn auch optisch auf die nächste Stufe heben willst, dann bestreiche den Blätterteig vor dem Backen mit ½EL geschmolzener Butter.