



Kokos-Hähnchencurry mit Gemüse

dazu duftiger Basmatireis



20-30min



3-4 Personen

Ein fix zubereitetes Hähnchencurry ist immer wieder das perfekte Abendessen und wird so schnell nicht langweilig, weil man es wunderbar variieren kann. Heute begleiten grüne Paprika und frische Champignons das zarte Huhn in cremiger Kokosmilchsauce, die mit Limette, Fischsauce und Koriander fein abgeschmeckt wird.

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Champignons
- 1 grüne Paprika
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 300g Basmatireis
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Packungen Hähnchenbrustfilet
- 500ml Kokosmilch
- 2 Päckchen Fischsauce ⁴
- 10g frischer Koriander

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- großer Kochtopf
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

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

Allergene

Fisch (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 752kcal, Fett 32.5g, Kohlenhydrate 66.2g, Eiweiß 44.2g



1. Gemüse schneiden

Die **Champignons** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



4. Fleisch würzen

Die **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in dünne Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.



2. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** bei niedrigster Hitze abgedeckt 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr abgedeckt ziehen lassen.



5. Curry kochen

Das **Fleisch** in einem großen Topf mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten. Die **Champignons**, die **Paprika**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** zugeben und ca. 2Min. mitbraten, dann mit der **Kokosmilch** ablöschen und das **Curry** weitere 3-4Min. bei mittlerer Hitze sanft köcheln lassen, bis das **Gemüse** gar, aber noch bissfest ist.



3. Limetten vorbereiten

2-3TL Limettenschale fein abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen.



6. Anrichten und servieren

Das **Curry** nach Geschmack mit der **Fischsauce**, dem **Limettensaft**, dem **Limettenabrieb** sowie Salz und Pfeffer verfeinern. Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Das **Curry** mit dem **Reis** anrichten und mit dem **Koriander** garniert servieren.