MARLEY SPOON



Gelbes Hähnchencurry mit Erdnussbutter

auf Glasnudeln mit Karotten-Bete-Salat

ca. 20min 2 Portionen

Mehr Zutaten, mehr Genuss: Mit diesem XXL-Rezept erhältst du Zutaten für zwei Portionen statt einer. Ideal, wenn du Besuch hast, gemeinsam kochen möchtest oder dir eine Portion für später aufheben willst. Ein kleiner Aufpreis, der sich doppelt lohnt – flexibel, praktisch und richtig lecker.

Was du von uns bekommst

- 100g Vermicelli-Glasnudeln
- 3 Hähnchenschenkelfilets
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 200ml Kokosmilch
- 1 Pck. Erdnussbutter [1]
- 2 Rote Beten
- 1 Karotte
- 10g Koriander

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

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

Allergene

Enthält: **Erdnüsse** (1).

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1009kcal, Fett 62.5g, Kohlenhydrate 72.7g, Eiweiß 37.9g



1. Fleisch anbraten

In einem kleinen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** aufkochen. Das **Fleisch** trocken tupfen, in 2–3cm große Stücke schneiden und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Das **Fleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 2–3Min. anbraten, dabei gelegentlich wenden.



2. Nudeln garen

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** 3–5Min. gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. **Tipp:** Um die Weiterverarbeitung zu erleichtern, ggf. die **Nudeln** mit einer sauberen Schere 1–2 Mal durchschneiden.



3. Curry zubereiten

Ca. ⅓ **der Currypaste** zum **Fleisch** in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitbraten, dann die **Kokosmilch**, die **Erdnussbutter** und 1EL Zucker unterrühren. Nach Belieben etwas mehr **Currypaste** hinzufügen und das **Curry** bei niedriger Hitze 6–8Min. sanft köcheln lassen.



4. Gemüse raspeln

Die **Rote Bete** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln, dabei am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen. Die **Karotte** ggf. schälen und ebenfalls grob raspeln.



5. Salat zubereiten

Die **Rote Bete** und die **Karotten** mit 1EL Pflanzenöl, 1½EL Essig und 1 Prise Salz vermengen. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden.



6. Salat fertigstellen

Kurz vor dem Servieren die **½ des Korianders** unter den **Salat** mengen. Die **Nudeln** auf tiefe Teller verteilen und das **Curry** darauf anrichten. Mit dem **Karotten-Bete-Salat** und dem **restlichen Koriander** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**