



Mehr Rezepte auf
www.lifechannel.ch/kochtipp
Foto © 123rf



Hauptgang

Paneng-Chicken-Curry

Zutaten

Für 4 Personen

400 g Pouletbrust frisch
250 ml Kokosmilch
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
40 g Chashew-Nüsse
30 g Paneng-Curry-Paste
wenig Kokosfett oder Rapsöl
wenig Fischöl
wenig Keffirblätter
wenig frischer Koriander

Beilage

250 g Jasminreis

Zubereitung

1. Knoblauch und Schalotte fein schneiden. Poulet in 2 cm dicke Würfel schneiden und leicht würzen.
2. Knoblauch, Schalotte und Poulet in der Pfanne mit wenig Kokosfett auf allen Seiten anbraten und auf die Seite stellen.
3. Chashew-Nüsse kurz in derselben Pfanne anrösten und auf die Seite stellen.
4. Paneng-Curry in die warme Pfanne geben, kurz auf kleiner Stufe dünsten und dann mit der Kokosmilch während 5 bis 10 Minuten kochen lassen.
5. Inzwischen Keffirblätter und Koriander fein schneiden und zusammen mit dem Poulet, Fischöl und den Nüssen in die Sauce geben.
6. Noch 2 bis 3 Minuten in der Sauce kochen und mit Reis servieren.