

Id2086 web dish name 20034

## Hähnchen Korma

mit Jasminreis und Cashew



30-40Min.



3-4 Personen

Korma ist ein Art Curry und kommt aus Südasien. Bei uns garniert ihr mit der einen Hälfte der Korma-Paste die Hähnchenflügel, die dann im Ofen vor sich hin brutzeln. Während der Reis kocht, kommt die andere Hälfte mit Paprika, Kokosmilch und Kokosflocken in den Topf. Gemeinsam ergibt das ein Abendessen, das mit seinen milden Geschmack auch die Kids begeistert!

## Was du von uns bekommst

- 2 Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 2 rote Paprika
- 1 Päckchen Kokosraspeln
- 1 Metzgerzwiebel
- 400g Jasmin-Reis
- 1 Päckchen Cashewnüsse <sup>15</sup>
- 1 Päckchen Korma Curry Paste <sup>6</sup>
- 1 Packung Borgmeier Hähnchenschenkel, am Gelenk zerteilt
- 1 Becher Rahmjoghurt <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl <sup>1</sup>

## Küchenutensilien

- 2 große Kochtöpfe
- Backblech
- Backofen mit Umluftfunktion
- kleine Pfanne
- Messbecher

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 860.0kcal, Fett 32.7g, Eiweiß 40.0g, Kohlenhydrate 96.9g



### 1. Gemüse schneiden

Den Ofen auf 220°C Umluft oder 240°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die **Paprika** vierteln und vom Kerngehäuse befreien, die **Tomaten** auch. Beides in feine Streifen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und ebenso in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in dünne Scheiben schneiden.



### 4. Sauce zubereiten

Inzwischen die **Zwiebel** mit dem **Knoblauch** in einem großen Topf mit 2EL Pflanzenöl ca. 1-2Min. anschwitzen, dann **Kokosflocken** und restliche **Korma-Paste** hinzufügen und mit 2EL Mehl bestäuben. Mit den **Tomatenstreifen** und 500ml Wasser auffüllen und ca. 6-7Min. köcheln lassen.



### 2. Hähnchenkeulen zubereiten

Das **Fleisch** mit 2-3EL Pflanzenöl, etwas Salz und der Hälfte der **Korma-Paste** einreiben und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Für ca. 20-25Min. im Ofen knusprig werden lassen.



### 5. Cashews rösten

Die **Cashewkerne** in einer kleinen Pfanne ohne Öl etwa ca. 2-3Min. rösten. Vorsicht, sie können schnell verbrennen.



### 3. Reis kochen

800ml Wasser im Topf zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, **Reis** mit einer Prise Salz im Topf zum Kochen bringen und dann bei niedrigster Hitze mit einem Deckel ca. 10-12Min. bissfest kochen. Schließlich ca. 5Min. ohne Hitze ziehen lassen. Warm stellen.



### 6. Korma fertigstellen

Die **Paprikastreifen** ca. 4-5Min. in der Sauce gar köcheln lassen, zum Schluss den **Rahmjoghurt** unterrühren und mit Salz abschmecken. Nicht mehr kochen lassen. Mit den **Hähnchen**, dem **Reis** und mit den **Cashewnüssen** garniert servieren.