

MARLEY SPOON



Thailändisches Huhn mit Woknudeln in gelber Currysauce



20-30min



4 Personen

Auf nach Thailand! Currys kommen dort mindestens genauso oft auf den Teller wie das weltbekannte Pad Thai. Ob in gelb, rot oder grün, in jedem Thai-Haushalt werden die köstlichen Currypasten mit Mörser und Stößel selbst zubereitet. Wir kochen heute in gelber Currypaste marinierte Putenstreifen, die in der leicht scharfen Sauce mit Champignons und Fisolen vor sich hin köcheln. Einfach zu machen ...

Was du von uns bekommst

- Weizennudeln ¹
- gelbe Currypaste
- Putenbrust
- Fisolen
- Zwiebel
- Kokosmilch
- Champignons

Was du zu Hause benötigst

- Hühnersuppenwürfel
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 758.0kcal, Fett 28.8g, Eiweiß 41.4g, Kohlenhydrate 83.7g



1. Pute marinieren

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** aufsetzen. Die **Putenbrust** in 1cm dünne Streifen schneiden und mit 1EL Pflanzenöl und der **Currypaste** vermengen.



2. Zwiebeln schneiden

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in Streifen schneiden.



3. Gemüse schneiden

Die **Fisolen** links und rechts vom Strunk befreien, dann halbieren. Die **Champignons** mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste von evtl. Schmutz befreien und viertel, je nach Größe der **Champignons** ggfs. achtern.



4. Nudeln kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Nudeln** hinzugeben und vom Herd nehmen, dann ca. 8-10Min. ziehen lassen. Abgießen und kalt abschrecken.



5. Fleisch anbraten

In einer großen Pfanne die **Putenstreifen** für ca. 1-2Min. bei hoher Hitze scharf anbraten. Dann die **Fisolen, Zwiebeln** und **Champignons** hinzufügen und weitere ca. 1-2Min. mitbraten.



6. Curry fertigstellen

Mit der **Kokosmilch** und 100ml Wasser ablöschen und einen Hühnersuppenwürfel einbröseln, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf niedriger Hitze ca. 5-6Min. einköcheln lassen und mit **Nudeln** servieren.