



Indonesisches Hähnchencurry

mit grünen Bohnen und Basmatireis



30-40Min.



2 Personen

Mmmh, ist das gut: Zum lockeren Basmatireis servierst du heute ein cremiges Hähnchencurry mit knackigen grünen Bohnen und Karotten. Die Kokosmilchsauce wird fein gewürzt mit Ingwer, Ketjap Manis und Erdnussbutter.

Was du von uns bekommst

- 150g Basmatireis
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück frischer Ingwer
- 1 Packung Ketjap Manis ⁶
- 1 Päckchen Erdnussbutter ⁵
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung grüne Bohnen
- 1 Karotte
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 250ml Kokosmilch
- 1 Geflügelbrühwürfel ⁹

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Töpfe mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 933.0kcal, Fett 35.2g, Eiweiß 45.8g, Kohlenhydrate 102.7g



1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 400ml 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** hineingeben und bei niedrigster Hitze ca. 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr abgedeckt ziehen lassen.



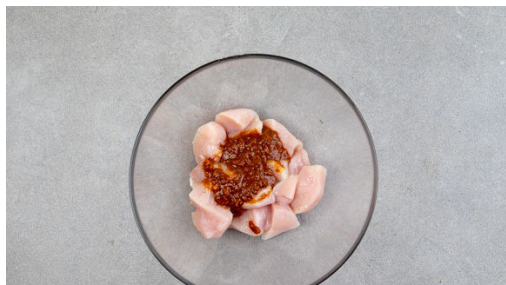
2. Gewürzsauce vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen und grob würfeln. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls grob würfeln. Den **Ingwer** schälen und ebenfalls grob hacken. **Tipp:** Der **Ingwer** lässt sich am besten mit einem kleinen Löffel schälen.



3. Gewürzsauce zubereiten

Die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und den **Ingwer** mit dem **Ketjap Manis** und der **Erdnussbutter** in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer glatt pürieren.



4. Fleisch würzen

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in ca. 2cm große Stücke schneiden und mit der **Gewürzsauce** vermengen.



5. Gemüse schneiden

Die Enden der **Bohnen** abschneiden und die **Bohnen** in ca. 2cm lange Stücke schneiden. Die **Karotte** schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden.



6. Curry kochen

Das **Fleisch** in einem mittelgroßen Topf ohne Zugabe von Fett ca. 1Min. bei mittlerer Hitze anbraten. Die **Karotten** und die **Bohnen** zugeben und mit der **restlichen Gewürzsauce**, den **gehackten Tomaten** und der **Kokosmilch** ablöschen. Den **Brühwürfel** unterrühren und das **Curry** ca. 10Min. sanft köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem **Reis** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**