



ROTES THAI CURRY

Zutaten:

2 Personen:

- 200g Reis (z.B: Basmati)
- 15-200g (Veggie) Hähnchen
- Öl zum Anbraten (z.B. Sesamöl)
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Karotte
- 1 rote Paprika
- 100g Zuckerschoten

- 400ml Kokosmilch
- 1 - 2 EL rote Currypaste (je nach Geschmack)
- 2-3 TL Sojasoße
- Optional: Chiliflocken
- Gemüsebrühe
- Optional: Koriander

So geht's:

- 1** Das (Veggie) Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden. Den Knoblauch fein hacken und die Frühlingszwiebel in kleine Ringe schneiden. Die Karotten und die Paprika waschen und in kleine Stücke schneiden. Ebenso die Zuckerschoten waschen und halbieren bzw. dritteln.
- 2** Den Reis nach Packungsanleitung kochen. Währenddessen etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hähnchen von allen Seiten scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und Knoblauch und Zwiebeln darin andünsten. Paprika und Karotten dazugeben und mit anbraten, nach einigen Minuten die Zuckerschoten mit andünsten.
- 3** Mit Kokosmilch ablöschen, je nach Belieben Currypaste einrühren. Wer es noch schärfer mag, kann Chiliflocken dazugeben. Mit Sojasoße und Gemüsebrühe abschmecken und das (Veggi) Hähnchen mit dazugeben. Köcheln und etwas eindicken lassen.
- 4** Gemeinsam mit dem Reis servieren, wer mag kann noch Koriander dazugeben.

