

Grünes Hühnercurry nach Thai-Art

Gesamtzeit **60 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit **30 Min.** Marinierdauer **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.093 kJ / 500 kcal

Fett: **26 g** Eiweiß: **44 g**
Kohlenhydrate: **22 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Mariniertes Hähnchen:

300 g Hühnerbrust
50 ml Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce
1 TL grüne Currypaste
Saft und Schale von 1
Limette
0,5 TL brauner Zucker

Gemüse:

1 Zwiebel
150 g Melanzani
200 g Zucchini
100 g Champignons
75 ml Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce
2 frische oder gefrorene
Kaffir-Limettenblätter
(optional)
1 EL gehacktes Zitronengras
oder Zitronengras
0,5 Bund Thai-Basilikum
100 ml Kokosmilch
Öl zum Braten (z. B.
Rapsöl)
0,5 Bund Koriander

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Das Hühnerfleisch in Würfel schneiden. Kikkoman Sojasauce, Currypaste, Limettensaft und -schale und braunen Zucker in einer Schüssel mischen. Das Hühnerfleisch gründlich mit der Marinade vermischen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

Schritt 2

Zwiebel in dünne Streifen, Melanzani und Zucchini in Würfel schneiden. Champignons vierteln und die Kräuter hacken.

Schritt 3

Etwas Speiseöl in der Pfanne erhitzen und Zwiebel eine Minute dünsten. Dann das Hühnerfleisch zugeben, goldgelb anbraten und aus der Pfanne nehmen.

Schritt 4

In derselben Pfanne die Champignons anbraten, bis sie bräunen. Zucchini und Melanzani hinzufügen und weitere 2 Minuten braten. Hühnerfleisch, Thai-Basilikum, Kaffir-Limettenblätter und Zitronengras zugeben und nochmals 1 bis 2 Minuten garen. Zum Schluss Kikkoman Sojasauce und Kokosmilch zugeben und unter Rühren braten, bis die Flüssigkeit leicht verdampft ist.

Schritt 5

Mit dem gehackten Koriander servieren.