



Enolončnica z banano, ananasom in piščancem

⌚ 40–50 Min ♡ ♡ ♡

Priprava

Sestavine 4 Porcije

♦ = Kotányi Produkte

2 celi	Čebuli
2 cela	Stroka česna
300 g	Krompirja
400 g	Ananasa
400 g	Piščančjega fileja
200 g	Riža basmati
1 cela	Pomaranča
400 ml	Kokosovega mleka
100 g	Graha (svežega ali zamrznjenega)
2 celi	Banani
300 ml	Zelenjavne jušne osnove
2 žlici	♦ Curry prah
	♦ Morska sol jodirana
	Sezamovo ali sončnično olje

- 1 Čebulo in česen olupite ter drobno sesekljajte. Krompir olupite in narežite na kocke. Ananas olupite in narežite na kocke. Pomarančo ožemite.
- 2 Riž basmati skuhajte po navodilih na embalaži.
- 3 Piščančji file splaknite s hladno vodo in ga dobro osušite s papirnato brisačo. Narežite ga na rezine in pri visoki temperaturi hitro popražite v ponvi z 2 žlicama olja, da zlato porjavi. V ponev dodajte curry ter pražite nekaj sekund. Nato nemudoma zalijte s pomarančnim sokom.
- 4 Prilijte jušno osnovo, dodajte na kocke narezan krompir in začinite s soljo. Počasi naj vre približno 15 minut. Dodajte polovico ananasa in pustite, da počasi vre dodatnih 5 minut. S paličnim mešalnikom obdelajte v pire.
- 5 Dodajte kokosovo mleko in preostale kocke ananasa ter po okusu začinite s sojino omako. Popražene piščančje rezine in grah dajte v kozico in pustite, da vse skupaj počasi vre dodatnih 5 minut.
- 6 Enolončnico preložite na krožnike in okrasite z rezinami banane. Postrezite z rižem.

