

Grünes Curry mit Huhn und Gemüse

40–50 Min

Zutaten für 6 Portionen

= Kotányi Produkte

1 Stk.	Zwiebel
2 EL	Öl
300 g	Hühnerbrust
500 g	Süßkartoffel
1 Stk.	Grüner Paprika
1 Stk.	Brokkolikopf (ca. 300 g)
400 ml	Kokosmilch
60 g	Babyspinat
1.5 EL	Curry Powder
1 Prise	Meersalz jodiert grob
1 TL	Tandoori

Zubereitung

1 Zuerst die Hühnerbrust würfelig schneiden. Die Süßkartoffel schälen und in 2x2 cm große Würfel schneiden. Danach die Paprika waschen und in Streifen schneiden. Den Brokkoli in Röschen zerteilen und den Stiel in Würfel schneiden.

2 Nun in einer tiefen Pfanne bei starker Hitze Öl erhitzen. Das Hühnerfleisch hinzufügen und fünf Minuten braten. Die Süßkartoffel hinzufügen und weitere drei Minuten braten. Dann den Brokkolistiel dazugeben, Tandoori und das Currypulver + Salz hinzufügen. Mit der Kokosmilch aufgießen und 15 Minuten kochen lassen. Zum Schluss die Paprika und den Brokkoli hinzugeben und weitere fünf Minuten kochen lassen.

3 Zum Schluss das Curry vom Herd nehmen, den Spinat unterrühren und mit Reis oder Naan servieren.