



Zöld curry csirkével és zöldségekkel

🕒 40–50 Perc 🍴🍴🍴

Elkészítés

- 1 Először is vágjuk kockákra a csirkét. Hámozzuk meg az édesburgonyát, és vágjuk 2x2 cm-es kockákra. Ezután megmossuk a paprikát, és csíkokra vágjuk. A brokkolit virágokra tépkedjük és a szárát kockákra vágjuk.
- 2 Most felhevítünk egy mély serpenyőt magas hőfokon, és hozzáadjuk az olajat és megpirítjuk. Hozzáadjuk az édesburgonyát, és további három percig sütjük. Ezután beledobjuk a brokkoli szárát, és hozzáadjuk a curryport és a sót. Hozzáöntjük a kókusztejet, és 15 percig főzzük. A végén adjuk hozzá a paprikát és a brokkolit, és további öt percig főzzük.
- 3 Végül levesszük a curryt a tűzről, belekeverjük a spenótot, és rizzsel vagy naan kenyérral tálaljuk.

Összetevők 5 fő részére

🍴 = Kotányi Produkte

1 fej	Hagyma
2 ek	Olaj
300 g	Csirkemell
500 g	Édesburgonya
1 db	Zöld paprika
1 fej	Brokkoli (300g)
400 ml	Kókusztej
60 g	Bébi spenót
1.5 ek	🍴 Currypor fűszerkeverék
1 csipet	🍴 Tengeri só, durva szemű

