

Thai-Küche

Green Thai-Chicken-Curry

Grünes Thai-Curry mit Hähnchenbrust



Rezept für 4 Personen

- 4 Hähnchenbrustfilets á 120 g
 - 1 Knoblauchzehe
 - 2 cm frischer Ingwer
 - 4 Frühlingszwiebeln
 - 1 Limette
 - 400 ml Kokosmilch (Dose)
 - 1 EL grüne Currypaste (Asienladen)
 - 1TL Palmzucker oder brauner Zucker
 - 3 EL Fischsoße (Asienladen)
 - 2 EL Rapsöl
 - etwas frischen Thai-Basilikum (wenn vorhanden)
1. Die Hähnchenbrust waschen, trocknen und in schmale Streifen schneiden
 2. Den frischen Ingwer und die Knoblauchzehe schälen und fein würfeln
 3. Die Frühlingszwiebeln waschen, trocknen und dann in schön feine Ringe schneiden
 4. Von der Limette (vorher waschen) die Schale abreiben. Aufpassen das die weiße Schicht nicht mit abgerieben wird, ist sonst bitter. Den Saft der Limette auspressen

5. Die Dose der Kokosmilch öffnen. **Vorher nicht schütteln!!!** Oben bildet sich immer der etwas festere Rahm.
6. Von diesem Rahm ca. 4 EL abnehmen und in eine Schüssel geben. Mit Knoblauch, den Frühlingszwiebeln, dem Abrieb der Limette, der Currypaste und dem Zucker mischen
7. Jetzt den Wok (oder eine tiefere Pfanne) erhitzen und 1 EL Öl hineingeben. Den Wok kurz schwenken und das Öl ablaufen lassen
8. 1 TL Öl in den Wok geben, erhitzen und die Hähnchenbruststreifen portionsweise mit dem restlichen Öl kurz scharf anbraten, heraus nehmen und beiseite stellen
9. Den verbliebenen Bratensatz mit 1 EL Fischsoße ablöschen. Das riecht vielleicht etwas ungewöhnlich, schmeckt aber hervorragend und darf in der Thai-Küche nicht fehlen. Die thailändische Fischsoße hat nichts mit einem Fischfond aus dem Glas zu tun
10. Jetzt die Rahm-Curry-Mischung in den Wok geben und bei kleiner Hitze 3 Min. köcheln lassen
11. Jetzt die übrige Kokosmilch, die restliche Fischsoße und den Limettensaft hinzu geben und verrühren
12. Die Hähnchenbruststreifen wieder in den Wok geben und erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen
13. Wenn vorhanden, vor dem Servieren noch etwas frischen Thai-Basilikum dazu geben

Beim Kauf der Kokosmilch darauf achten, dass sie nur Kokosnussextrakt und Wasser enthält. Es dürfen keine weiteren Zusätze enthalten sein, denn dann bleibt sie flüssig und es bildet sich oberhalb kein Rahm, den wir aber für dieses Gericht brauchen!

Guten Appetit