

## Sarahs Hähnchen-Curry

Für 3-4 Portionen

### Zutaten Fleisch

400 g Hähnchenbrustfilet  
4 EL Öl  
1 TL Curry  
1/2 TL Paprika scharf  
Salz & Pfeffer  
1 EL Stärke

### Zutaten Gemüse

1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe  
Stück Ingwer, ca. 4 cm  
2 Karotten  
2 Spitzpaprika  
300 g Brokkoli  
125 g Champignons  
125 g Zuckerschoten  
1 TL rote Currypaste  
800 ml Kokosmilch  
2 EL Sojasoße  
1 Limette

Curry, Paprika scharf sowie  
Salz & Pfeffer nach Belieben

### Zutaten Deko

60 g Erdnusskerne, geröstet,  
gesalzen  
1/2 Bund Koriander  
3 Stangen Frühlingszwiebeln  
100 g Sojasprossen

### Zubereitung

Hähnchen waschen, abtrocknen, in mundgerechte Stücke schneiden, mit Öl und Gewürzen marinieren und circa 15 Minuten ziehen lassen. Danach mit Stärke getunkt in einer Pfanne scharf anbraten und beiseitestellen.

Das Gemüse waschen und schneiden. Mal in Streifen, mal in Scheiben. Abwechslungsreich fürs Auge zubereiten.

Brokkoli, Zuckerschoten, Champignons scharf in einer Pfanne anbraten und beiseitelegen.

Klein geschnittene Schalotte, Ingwer, Knoblauch in Öl in einem großen Topf andünsten. Dann Karotten und Paprika dazugeben und mitrösten lassen.

Currypaste dazugeben und mitrösten lassen. Danach mit der Kokosmilch ablöschen. Sojasoße hinzugeben und köcheln lassen.

Danach alle anderen Zutaten in den Topf geben, mit Limette und nach Bedarf mit Gewürzen abschmecken. Circa 10 Minuten einkochen lassen, bis die Kokosmilch eingedickt ist.

Dann in einem tiefen Teller mit Sojasprossen, Erdnüssen, Frühlingszwiebeln und Koriander anrichten. Dazu passt Reis.

### Guten Appetit!