



## KARTOFFEL-HÜHNERCURRY



### ZUTATEN

#### Für die Currypaste

½ TL Koriander  
 ½ TL Kreuzkümmel  
 ½ TL Bockshornklee  
 ½ TL Senfkörner  
 ½ TL Kurkuma  
 ½ TL Chiliflocken  
 ½ TL Zitronengras  
 ½ TL Currypulver  
 ½ TL Salz  
 1 rote Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 Olivenöl

#### Für das

#### Kartoffel-Hühnercurry

1 weiße Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 3–4 große Kartoffeln/Eachtlinge  
 4 Hühnerfilets  
 1 Dose Kokosmilch  
 1 Schuss Kuhmilch

#### Beilagen

Basmatireis  
 1 Brokkoli

### ZUBEREITUNG

Für die **Currypaste** **Koriander**, **Kreuzkümmel**, **Bockshornklee** und **Senfkörner** **1–2 Minuten kurz anrösten**. Achtung: Werden die Gewürze zu lange geröstet, können sie bitter werden. Anschließend die **Gewürze in einem Mörser fein zerstoßen**. **Kurkuma**, **Chiliflocken**, **Zitronengras**, **Currypulver** und **Salz** **dazugeben**.

Die **Zwiebel** und den **Knoblauch schälen**, **grob schneiden** und in etwas Olivenöl **andünsten**. Die **Gewürzmischung** **dazugeben** und alles in einem Mixer **fein pürieren**.

Für das **Kartoffel-Hühnercurry** **Kartoffeln**, **Zwiebel** und **Knoblauch schälen** und **klein schneiden**. **Zwiebel** und **Knoblauch** in einem Topf in etwas Olivenöl **andünsten**. Danach die in Würfel geschnittenen **Kartoffeln** und die in Stücke geschnittenen **Hühnerfilets** **dazugeben** und **anbraten**.

Wenn das Fleisch weißlich ist, die **Currypaste untermischen** und alles **mit Kokosmilch** und einem **Schuss Kuhmilch aufgießen**.



## KARTOFFEL-HÜHNERCURRY

Während das **Curry etwa 30 Minuten köchelt**, die **Beilagen zubereiten**.

Den **Reis mit der doppelten Menge Wasser** und **einer großen Prise Salz** in einen Topf geben und **köcheln lassen, bis der Reis das ganze Wasser aufgenommen hat**.

Zum Schluss den **Brokkoli in kleine Stücke schneiden** und etwa **3–5 Minuten in siedendem Salzwasser kochen**.

Und schon ist das Menü fertig!

