

THAILAND Charinya Schneemann kocht Chicken-Thai-Curry

Zutaten für 4 Personen:

500 g Hähnchenbrust in dünnen Scheiben

100 g rote Thai-Currypaste

2 Dosen Kokosmilch (800 ml)

60 ml Rapsöl

2 EL (30 ml) Fischsauce

20 g brauner Zucker

3-4 g Salz

50 g Frühlingszwiebeln

50 g in Stifte geschnittene Karotten

250 g in Streifen geschnittene Paprika (gelb und rot)

250 g Bambusschösslinge

20 g Thai-Basilikum (bitte keinen normalen Basilikum)

½ Stange Zitronengras (mit dem Messer klopfen und grob schneiden)

2 Knoblauchzehen

40 g gehackte Erdnüsse

1 rote Peperoni

300 g Jasminreis



Chicken-Curry:

Currypaste in Öl anschwitzen. Anschließend mit Kokosmilchauffüllen und köcheln lassen. Gewürze, etwas Wasser und Fischsauce zugeben. Charinya kocht diese Sauce ein bis zwei Stunden bei kleiner Hitze. Jetzt nacheinander folgende Zutaten in die Sauce geben und kochen: Bambusschösslinge, Zitronengras, Hähnchen, Erdnüsse, Karotten, Paprika und Thai-Basilikum. Bevor es in der Sauce landet, sollte das Gemüse bissfest und das Fleisch gar sein. Zum Schluss mit Frühlingszwiebeln und roter Peperoni dekorieren.

Reis:

Zuerst den Jasminreis zwei- bis dreimal mit kaltem Wasser waschen. Im Reiskocher oder im Topf mit der 1,5-fachen Menge Wasser ohne Salz kochen und ziehen lassen.

Hayas Tipp:

Die frischen Kräuter erst ganz zum Schluss über das Gericht streuen, damit sie frisch und knackig bleiben. Tipp zur Aufbewahrung: Vorher die Kräuter zupfen und in einem nassen Küchentuch aufbewahren.

