

Gwenda Gouws aus Südafrika empfiehlt:

Hähnchen Kokos Curry - spicy

& THE 19th Chenin Blanc

Zutaten (für 2 Personen)

- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Chilipulver
- 1 TL Korianderpulver
- 1 TL Salz
- 3 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, fein hacken
- 400 ml Kokosnussmilch aus der Dose



Zubereitung

Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden, zur Seite stellen. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Olivenöl in einer großen Pfanne mit Deckel oder im Wok erhitzen. Bei mittlerer Hitze Frühlingszwiebeln, Salz und alle Gewürze darin 5 Min. unter Rühren anrösten. Temperatur erhöhen, Hähnchenfleisch dazugeben und 5 Minuten in der Gewürzmischung anbraten. Dabei regelmäßig wenden, so dass sich die Gewürze gut verteilen und das Fleisch von allen Seiten anbrät. Temperatur reduzieren, fein gehackten Knoblauch dazugeben und zum Schluss die Kokosnussmilch einrühren. Zugedeckt 10 Minuten köcheln. Vom Herd nehmen und 5 Min. ziehen lassen.

Parallel 2 Portionen Basmatireis kochen und zusammen mit dem Curry servieren.

Gwenda Gouws empfiehlt zu diesem scharf gewürzten Gericht den THE 19th Chenin Blanc.

Guten Appetit!