



Curry Chicken mit Porree Mango Gemüse auf Reis

Curry Chicken:

500g Hähncheninnenfilets
2 EL Erdnussöl
2 TL SB Mango Chicken
1/2 TL Salz

Porree Gemüse:

2 Porree Stangen
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 reife Mango
1 Dose Kokosmilch
SB Mango Curry
Salz, Kokosblütenzucker
Limettensaft

Aus dem Öl, dem Curry und dem Salz eine Marinade rühren und das Hähnchenfilet darin mindestens 1 Stunde marinieren. Erdnussöl erhitzen, das Fleisch rundherum anbraten und gar ziehen lassen.

Die Zwiebel halbieren, in Streifen schneiden und in Erdnussöl kurz anbraten. Den Porree waschen, die Stangen halbieren und in ca 1cm breite Halbringe schneiden, Knoblauch fein würfeln, zu den Zwiebeln geben und mit anbraten.

Die Kokosmilch angießen, die Mango in Würfel schneiden und mit einem guten Schuß Limettensaft zu dem Porree geben. Mit 1-2 TL Curry, ca. 2 TL Salz und 1 TL Kokosblütenzucker abschmecken und ein paar Minuten gar ziehen lassen.

Mit Reis und dem Curry Chicken servieren.