Poulet-Curry mit Ananas und Zitronenreis

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung
Garzeit
Portionen 4

Zubereitung

600 g Poulet-Oberschenkel

Salz

Pfeffer

½ Ananas

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

1 Chili, rot

2 TL Currypulver, mild

Kokosnussöl, zum Anbraten

Poulet mit Salz und Pfeffer würzen und mischen.

Ananas schälen und in Spalten schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Chili fein schneiden.

Kokosnussöl in der Pfanne erhitzen. Schalotte, Knoblauch und Chili zugeben und anschwitzen. Ananasspalten und Currypulver zugeben und mit anschwitzen. Poulet zugeben.

350 g Kokosnussmilch

1 EL Stärke

50 g Cashewkerne

Kokosnussmilch mit der Stärke mischen und in die Pfanne geben. Alles aufkochen und in eine Porzellanform geben.

Cashewkerne rösten, grob hacken und über das Poulet-Curry geben.

250 g Reis

1 Zitrone

250 ml Geflügelbrühe

Zitronenschale abreiben. Reis zusammen mit dem Zitronenabrieb und der Geflügelbrühe in eine Porzellanform geben.

Beide Porzellanformen nebeneinander auf den Gitterrost in den kalten Garraum geben. Garen.

Dämpfen 100 °C während 30 Min.

Salz

Pfeffer

Curry nach dem Garen mit Salz und Pfeffer abschmecken und für 5 Minuten stehen lassen.

Zubehör

2 Porzellanformen ⅓ GN, Höhe 65 mm

Gitterrost

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	14.12.2021