KIKKOMAN

Rotes Thai-Curry mit Poulet und Kokos

Gesamtzeit **25 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2'932 kJ / 703 kcal

Fett: **32.2 g** Eiweiss: **41.7 g**
Kohlenhydrate: **57.7 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Für die Würz-Nüsse:

50 g	gemischte Nüsse (z. B. Cashewkerne, Haselnüsse, Pekannüsse, Erdnüsse)
3 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1 EL	brauner Zucker

Für das Curry:

200 g	Reis, z. B. Basmati
500 g	Pouletbrustfilet
2	Peperoni
1 Bund	Frühlingszwiebeln
2	Karotten
200 g	Kefen (alternativ: TK-Erbsen oder grüne Bohnen)
2 TL	rote Currypaste
2 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
400 ml	Kokosmilch
75 ml	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
	Einige Blättchen Koriander (oder Thai-Basilikum)

ZUBEREITUNG

Schritt 1

50 g gemischte Nüsse (z. B. Cashewkerne, Haselnüsse, Pekannüsse, Erdnüsse) - **3 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **1 TL** brauner Zucker
Nüsse grob hacken. Kikkoman Sojasauce mit Zucker erhitzen, die Nüsse dazugeben und glasieren. Auf Backpapier ausbreiten und erkalten lassen.

Schritt 2

200 g Reis, z. B. Basmati - **500 g** Pouletbrustfilet - **2** Peperoni - **1 Bund** Frühlingszwiebeln - **2** Karotten - **200 g** Kefen (alternativ: TK-Erbsen oder grüne Bohnen) - **2 TL** rote Currypaste - **2 EL** Kikkoman geröstetes Sesamöl **400 ml** Kokosmilch - **75 ml** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Den Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Pouletbrustfilet in Stücke, Peperoni in Streifen, Frühlingszwiebeln in Ringe und Karotten in Scheiben schneiden, Kefen halbieren. Currypaste in erhitztem Kikkoman Sesamöl in einem Wok anschwitzen. Kokosmilch, ca. 100 ml Wasser und Kikkoman Sojasauce angiessen und aufkochen.

Schritt 3

Einige Blättchen Koriander (oder Thai-Basilikum) Das Pouletbrustfilet zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Das Gemüse zufügen und weitere ca. 5 Minuten garen. Den Koriander in Streifen schneiden. Das Curry mit dem Koriander und den Würz-Nüssen garnieren und mit dem Reis servieren.