



# CURRY-HUHN

Der Stress kommt besonders heutzutage nicht zu kurz. Um dem entgegenzuwirken, haben wir ein würziges Gericht mit einer Extraportion an Mineralstoffen und Vitaminen für euch:

## ZUTATEN

- Reis
- 4 Stücke Hähnchenbrust (in Streifen)
- 200g Gemüse (in Streifen)
- 2 Zwiebeln (geschält, in Streifen)
- 1 Handvoll Zuckerschoten
- 1 Bund Blatt Petersilie (fein geschnitten)
- 1 kleines Glas Ajvar
- 1 kleine Dose Kokosmilch
- 1 EL Currypulver
- 1 Chilischote (fein geschnitten)
- Salz, Sojasauce und süße Chilisauce zum Abschmecken
- Etwas Öl zum Braten

## ZUBEREITUNG

1. Reis kochen.
2. Die Hähnchenbrust in heißem Öl anbraten, die Zwiebeln und das geschnittene Chili dazugeben.
3. Alles leicht salzen, umrühren und nach 2 Minuten das Gemüse dazugeben.
4. Die Mischung mit Curry-Pulver bestreuen, umrühren und 1 Minute lang anschwitzen.
5. Das Ajvar und die Kokosmilch dazugeben und aufkochen lassen.
6. Mit Sojasauce und süßer Chilisauce abschmecken, die Zuckerschoten und die Blatt Petersilie dazugeben und erneut umrühren.
7. Das Ganze zusammen mit dem Reis servieren.

