Rezept

Hühnercurry

Ein Rezept von Hühnercurry, am 26.05.2025

Zutaten

500 g	Blumenkohlröschen
600 g	Hähnchenbrustfilets
1 Stück	Ingwer (ca. 3 cm)
2	rote Chilischoten
2 EL	Butter
2 TL	Currypulver
	¼ l Hühnerbrühe
	Salz
4	Frühlingszwiebeln
2	Knoblauchzehen
4 EL	Cashewnusskerne
1 EL	neutrales Öl
1 Prise	Zimtpulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

1. Die Blumenkohlröschen waschen und in kochendem Salzwasser 1-2 Min. vorgaren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

2. Das Hähnchenfleisch waschen und 1 cm groß würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Das Grün beiseitelegen. Ingwer und Knoblauch schälen, fein hacken. Chilischoten waschen und mit den Kernen in Ringe schneiden. Cashewkerne längs halbieren.

3. Butter und Öl in einem Topf erhitzen. Die Cashewkerne darin bei mittlerer Hitze unter Rühren goldgelb rösten, herausnehmen. Das Hähnchenfleisch im Bratfett unter Rühren etwa 2 Min. braten. Die hellen Zwiebelringe, Ingwer, Knoblauch, Chili und Blumenkohl kurz mitbraten. Mit Curry und Zimt bestreuen und kurz weiterbraten.

4. Brühe angießen, mit Salz abschmecken und zugedeckt bei schwacher Hitze in 2-3 Min. erhitzen. Mit Cashewkernen und Zwiebelgrün bestreuen.