

## Rezept

# Mango-Chicken mit Kokosreis

Ein Rezept von Mango-Chicken mit Kokosreis, am 06.05.2024

## Zutaten

<b>2</b> getrocknete rote Chilischoten	<b>2 EL</b> Erdnusskerne (gesalzen)
<b>125 g</b> Basmatireis	<b>150 g</b> Kokosmilch
Salz	<b>1</b> kleine Zwiebel
<b>1 Stück</b> Ingwer (walnussgroß)	<b>2 EL</b> Olivenöl
<b>1 TL</b> Currypulver	<b>1</b> große Tomate
<b>300 g</b> Hähnchenbrustfilet	Pfeffer
<b>2 EL</b> Mango-Chutney	<b>ca. 1 EL</b> Korianderblättchen zum Garnieren
<b>ca. 1 EL</b> geröstete Kokoschips zum Garnieren	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 655 kcal, 22 g F, 46 g EW, 69 g KH

## Zubereitung

1. Chilischoten und Erdnüsse in einem Topf unter Wenden 1-2 Min. rösten. Den Reis dazugeben und unter Wenden 1-2 Min. andünsten. 100 g Kokosmilch und 300 ml Wasser hinzufügen. Mit Salz würzen, aufkochen und zugedeckt bei kleiner bis mittlerer Hitze 18-20 Min. köcheln.
2. Inzwischen für die Sauce Zwiebel und Ingwer schälen. Beides mit 1 TL Wasser im Blitzhacker zu einer feinen Paste verarbeiten. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebelpaste darin unter Wenden ca. 5 Min. andünsten. Mit Curry bestäuben. Tomate waschen und direkt über dem Topf auf der groben Seite einer Küchenreibe raspeln. 200 ml Wasser angießen, aufkochen und ca. 10 Min. köcheln.
3. Inzwischen das Fleisch trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Restliches Öl (1 EL) in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin auf jeder Seite 3-4 Min. braten. Chutney und restliche Kokosmilch (50 g) in die Sauce geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch einlegen, mit Sauce bedecken und bei kleiner Hitze ca. 5 Min. sanft köcheln, bis es durchgegart ist. Mango-Chicken und Kokosreis anrichten. Mit Koriander und Kokoschips garnieren.