

## Rezept

# Rotes Thai-Curry mit Hähnchen

Ein Rezept von Rotes Thai-Curry mit Hähnchen, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>150 g</b> kleine feste Champignons	<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln
<b>250 g</b> golfballgroße Thai-Auberginen	<b>250 g</b> schmale feste Zucchini
$\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote	<b>1</b> große rote Chilischote
<b>1 Bund</b> Koriandergrün	<b>500 g</b> Hähnchenbrustfilet
<b>1 Dose</b> Kokosmilch (400 ml, ungeschüttelt)	<b>1-2 EL</b> rote Thai-Currypaste
Salz	<b>1/2-1 TL</b> Fischsauce
<b>1 TL</b> Palmzucker	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

## Zubereitung

1. Pilze putzen und halbieren oder vierteln. Frühlingszwiebeln putzen und waschen, das Weiße in Stücke, das Grüne in Röllchen schneiden. Auberginen und Zucchini putzen und waschen, Auberginen in Spalten schneiden, Zucchini 1 cm groß würfeln. Paprikahälfte dünn schälen, entkernen, waschen und in Streifen schneiden. Chili waschen und in Ringe schneiden, dabei entkernen. Koriandergrün waschen, trocken tupfen und grob hacken. Chili und Koriandergrün beiseitestellen. Fleisch waschen, trocken tupfen und 2 cm groß würfeln.
2. Von der Kokosmilch 4 EL dicke Creme abnehmen und im Wok aufkochen. Die Paste dazugeben und ca. 3 Min. anbraten, bis es duftet und Öl an der Oberfläche austritt. Noch 3 EL Kokoscreme unterrühren und das Fleisch darin ca. 2 Min. anbraten.
3. Übrige Kokoscreme, Kokosmilch und  $\frac{1}{2}$  TL Salz dazugeben und ca. 3 Min. köcheln. Gemüse und weiße Frühlingszwiebeln hinzufügen und unter Rühren 4 - 5 Min. köcheln, bis das Fleisch zart und das Gemüse bissfest ist. Mit Fischsauce und Zucker würzen, mit grünen Frühlingszwiebeln, Koriander und Chili servieren. Dazu passt Duftreis.