

Roter Thai-Curry

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

| | |
|----------|--|
| 2 Päckli | Thai-Mix (bestehend aus Ingwer, Galgant, rote Chili, grüne Chili, Zitronengras, Okraschoten, Kaffirlimetten-Blätter) |
| 2 | kleine Zwiebeln |
| | Mini-Maiskolben |
| | Auberginen |
| | Erbsen-Auberginen |
| 7.5 dl | Kokosmilch |
| 2 EL | rote Currypaste |
| 600 g | Pouletbrüstli |
| 1.5 EL | Olivenöl |



Zubereitung:

Je 2cm Ingwer und Galgant fein reiben, die 2 roten Chilischoten entkernen, 2 Stängel Zitronengras schälen und das Innere in Stücke schneiden. Die 2 kleinen Zwiebeln fein hacken.

Das Olivenöl in einer grossen Bratpfanne (noch besser in einem Wok) heiss werden lassen und die Gewürzmischung ca. 2 Minuten rührbraten.

Die Mini-Maiskolben quer halbieren, die Auberginen vierteln, die Erbsen-Auberginen abzupfen, eine rote und grüne Chilischote halbieren und entkernen. Die Okraschoten längs halbieren. Alles in die Pfanne geben und ca. 3 Minuten weiter rührbraten. Die Kokosmilch dazugiessen, 6 Kaffirlimettenblätter quetschen mit der Currypaste begeben. Die Hitze reduzieren und zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln.

Die Pouletbrüstli schräg in ca. 3 mm breite Streifen schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Ca. 5 Minuten ziehen lassen, die Kaffirlimettenblätter herausnehmen und mit Salz abschmecken.

Tipps:

Chili entkernen: Die Schote längs halbieren und in mit Wasser gefüllten tiefen Teller tauchen, die Kerne mit der Messerspitze herauslösen. Chilisaft an den Fingern kann Haut, Schleimhäute und Augen irritieren. Deshalb Küchenhandschuhe tragen.

Die zerkleinerten Okraschoten sofort begeben, damit der austretende Schleim das Gericht bindet.