

Rezept für Putencurry

Zutaten für 3 Personen:

- 300 g Putenbrust
- 40 g Butter oder Margarine
- 1 Esslöffel milden Curry
- 1 Teelöffel Zimt
- 100 g Zwiebeln
- 2 Möhren
- ¼ Teelöffel Ingwerpulver
- 150 g Reis
- 2 Esslöffel braunen Zucker
- ¼ l Brühe (Instant)
- 100 g Champignons
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 2 Esslöffel Kokosraspel
- 1 –2 Esslöffel Essig
- Salz



Zubereitung:

- Putenbrust (vorher gewürfelt) in heißem Fett rundherum braun anbraten
- mit 1 Esslöffel Zucker bestreuen/mit Curry, Zimt und Ingwer würzen
- Zwiebeln und Möhren zugeben und andünsten/dann in geschlossener Pfanne 30 min. schmoren lassen
- Champignon- und Lauchzwiebelstücke zufügen und noch weitere 5 min. schmoren lassen
- Kokosraspeln ohne Fett in einer Pfanne anrösten und mit restlichem Zucker bestreuen
- das Gericht mit Essig, Salz und Curry scharf abschmecken/zeitgleich den Reis kochen
- Mit Kokosraspeln bestreut servieren