



>> Hähnchenbrust in Currysahne <<

Zutaten (für 4 Personen)

- 300 g halbe Hähnchenfilets
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL flüssiger Honig
- 1,5 EL Currypulver
- 1 EL Sojasaße
- 1 Möhre
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 EL Öl
- 250 ml Sahne
- Salz

Zubereitung

Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Knoblauch grob hacken und im Mörser fein zerdrücken. Mit Honig, Curry und Sojasaße verrühren. Gewürzpaste zum Fleisch geben, gründlich mischen und ca. 30 Minuten durchziehen lassen.

Möhre in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden.

Fleisch in einem Sieb abtropfen lassen. In einer Pfanne in heißem Öl anbraten. Möhre und die Hälfte der Frühlingszwiebeln zufügen, ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz abschmecken und mit den restlichen Frühlingszwiebeln bestreuen.