



■ GEWÜRZMANUFAKTUR ■

Joghurt Hähnchen Curry

500 g	Hähnchenbrustfilet
500 g	Joghurt 3,5% Fett
250 g	Mungobohnen
250 g	Cashewkerne
3 EL	Öl
1 EL	Paprikapulver
3 EL	Curry Thai
1	Mango

Pfeffer und Salz zum abschmecken

Hähnchenbrustfilets in mundgerechte Würfel schneiden. Mit 2 EL Thai Currymischung bestreuen und mit dem Joghurt vermischen. Über Nacht im Kühlschrank marinieren lassen. Mungobohnen mit ausreichend Wasser bedecken und mindestens 4 Stunden quellen lassen. Die fertig marinierten Brustfilets mit 2 EL Öl und 1 EL Paprikapulver anbraten. Mungobohnen mit zusätzlich 200ml Wasser zu den Brustfilets geben und bei geringer Hitze köcheln lassen.

Jetzt die Mango schälen, würfeln und mit in den Topf geben. Cashewkerne mit 1 EL Öl, 1 EL Thai Currymischung und etwas Wasser pürieren. Wenn das Hähnchenbrust-Curry eine cremige Konsistenz hat die Cashewpaste unterheben. Das Joghurt Hähnchen Curry mit Reis servieren.