



MASSAMAN GAI (THAI-CURRY)

Gaeng Massaman Gai (Massaman Hühnchen Curry) ist eins meiner Lieblingsgerichte aus Thailand. Mit Hühnchen, Kartoffeln und Erdnüssen ist es vom Geschmack her unglaublich lecker aber auch durchaus reichhaltig. Auch für Thai-Neulinge geeignet, da es nicht scharf ist.

ZUTATEN

- 400 g Hähnchenbrustfilet
- 2 große Kartoffeln
- 6 bis 8 kleine Thai Schalotten (oder 1-2 normale Schalotten)
- 1 EL Pflanzenöl
- 50 g Massaman Paste
- 700 ml Kokosmilch
- 3 getr. Lorbeerblätter
- 1 TL Kardamom
- 0,5 TL Salz
- 1 EL Palmzucker
- 0,5 TL Zimt
- 1 EL Fischsauce
- 2 EL geröstete Erdnüsse
- 1,5 EL Tamarindenpaste

ZUBEREITUNG

1. Hähnchenbrustfilet unter fließendem, kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Danach das Fleisch in ca. 3 cm große mundgerechte Stücke schneiden.
2. Kartoffeln schälen und in größere Würfel schneiden.
3. Die Thai Schalotten halbieren bzw. die normalen Schalotten vierteln.
4. In einer (Wok-)Pfanne das Pflanzenöl auf mittlerer Stufe erhitzt und die Massaman-Paste darin verrühren bis es zu duften anfängt.
5. Die Hälfte(!) der vorhandenen Kokosmilch dazugeben und gut rühren, bis die Paste und die Kokosmilch zu einer homogenen, cremigen Flüssigkeit geworden sind.
6. Anschließend die Stücke des Hähnchenbrustfilets, die Lorbeerblätter, den Kardamom, Salz, den zerstoßenen Palmzucker, Zimt und Fischsauce hinzugeben und für 10 bis 15 Minuten bei gelegentlichem umrühren garen lassen.
7. Nach dem das Fleisch gar ist, die restliche Kokosmilch mit den Schalotten, den gewürfelten Kartoffeln und den Erdnüssen hinzugeben.
8. Das Curry noch ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind.
9. Anschließend mit der in etwas heißem Wasser aufgelösten Tamarindenpaste und mit Fischsauce langsam und schrittweise abschmecken.

Zum ONLINESHOP bitte hier klicken: wenner.shop-pamperedchef.de

Zur REZEPT-WEBSITE bitte hier klicken: selfmademan84.de

Sebastian Wenner - Pampered Chef Berater - Westhellweg 128 - 58239 Schwerte