



HÄHNCHEN-CURRY „BOMBAY“

Zutaten:

500g Hähnchenbrustfilet
½ l Sahne (am besten Kochsahne)
½ l Milch
75g Butter
5 EL Mehl
2 Zwiebeln
2 EL Épice Volaille (von Gourmet Flamand)
2 EL Reisgewürz (von Gourmet Flamand)
1 rote Spitzpaprika
2 Lauchzwiebeln
½ Dose Pfirsiche (Hälften)

Zubereitung:

Das Hähnchenbrustfilet in Würfel schneiden und mit Épice Volaille mischen. Ca. 2 Stunden marinieren. Die Zwiebeln in dünne halbe Ringe schneiden. Spitzpaprika in feine Streifen schneiden. Die Lauchzwiebeln in dünne Ringe schneiden. Zum Schluss noch die Pfirsichhälften würfeln.

Hähnchenbrustfilet scharf in etwas Olivenöl anbraten und dann in den auf 90°C vorgeheizten Backofen stellen, nachgaren lassen. Die Zwiebelringe in etwas Olivenöl anschwitzen. Das Mehl ebenfalls mit anschwitzen und mit Sahne und Milch ablöschen, glatt rühren. Jetzt das Reisgewürz dazugeben und abschmecken. Eventuell mit Reisgewürz nachwürzen. Falls mehr Schärfe sein soll, kann man einen Teelöffel Sambal Oleg dazugeben. Das Hähnchenfleisch und die Pfirsichwürfel zugeben, kurz köcheln lassen, dann Spitzpaprika und Lauchzwiebeln dazugeben und sofort servieren.