



April 2020: Scharfe Hähnchenpfanne mit Kohl

Zutaten:

- » 200g Hähnchenbrust
- » 1 Zwiebel
- » 1 Knoblauchzehe
- » Ingwer und rote Chilischote nach Geschmack
- » 150 g kleine Tomaten
- » 300 g Spitzkohl
- » 1 El Rapsöl
- » Curry, Salz, Pfeffer, Limettensaft
- » 100 ml Kokosmilch
- » 200 ml Geflügelbrühe
- » frische Kräuter nach Geschmack

Zubereitung:

Die Hähnchenbrust in kleine Streifen schneiden und in 0,5 EL Öl Hähnchen hell anbraten und dann warm stellen.

Zwiebel, Knoblauch, Chili klein schneiden und mit geriebenem Ingwer in 0,5 EL Öl anschwitzen.

Den in Streifen geschnittenen Kohl zugeben – leicht anbraten.

Mit Brühe und Kokosmilch auffüllen und abschmecken.

Nach 5 Minuten Köcheln die halbierten Tomaten und die Hähnchenstreifen dazugeben.

Alles 5 Minuten ziehen lassen. Dann mit frischen Kräutern bestreuen und servieren.