

Rotes Thai-Curry mit Hähnchen aus dem Thermomix



© Thai-Curry - Rezepte mit Herz



30 Min.



leicht



4 Portionen

Ein einfaches, sommerliches Rezept, das Urlaubsgefühle weckt.

Dieses Rezept ist das Lieblingsrezept des Erfinders des [Drehkellenspatels von Littfield](#). Die Littfield-Gründer Alexander und Robert kochen und genießen nicht nur gerne, sie sind absolute Thermomix-Fans, die ständig neue Idee für unsere Lieblingsküchenmaschine austüfteln.

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	1	rote Paprikaschote
<input type="checkbox"/>	1	Möhre
<input type="checkbox"/>	200 g	Zuckerschoten
<input type="checkbox"/>	400 g	Hähnchenbrustfilet
<input type="checkbox"/>	1	Zwiebel
<input type="checkbox"/>	2	Knoblauchzehen
<input type="checkbox"/>	10 g	Kokosöl
<input type="checkbox"/>	1-2 TL	rote Thai-Curry-Paste
<input type="checkbox"/>	200 g	Wasser
<input type="checkbox"/>	1	Dose Kokosmilch (400 g)
<input type="checkbox"/>	1 TL	Salz
<input type="checkbox"/>	1 TL	Sojasauce
<input type="checkbox"/>	1-2 TL	Limettensaft
<input type="checkbox"/>		Chiliflocken nach Belieben

Zubereitung

- Gemüse waschen, putzen. Paprika in 1 cm große Würfel, Möhre in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Zuckerschoten schräg halbieren oder dritteln. Hähnchen in 1,5 cm große Würfel schneiden.
- Zwiebel und Knoblauch abziehen, in groben Stücken in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Öl und Currypaste zugeben und 3 Min./Varoma/Linkslauf/Rührstufe dünsten.
- Alle übrigen Zutaten zugeben und alles 10 Min./100 °C/Linkslauf/Rührstufe garen. Mit Sojasauce und Limettensaft abschmecken. Nach Belieben mit Chiliflocken bestreut servieren. Dazu schmeckt Reis.

Nährwertangaben

Kcal pro Portion: 364 kcal, 28 g E, 23 g F, 14 g KH