



# Hähnchen Curry Topf mit Reis

Schnelles leichtes Hähnchen-Gericht.

## Zutaten

Menge	Zutat
500 g	Hühner Brust Filets
1 Stk	Zwiebel
600 g	Karotten
1 EL	Öl pflanzlich
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 EL	Currypulver
160 g	Reis lang
300 g	Erbsen
600 ml	Gemüse Fond
125 ml	Joghurt natur
1 EL	Weizenvollkorn Mehl
0.5 Bund	Petersilie
1 Prise	Chili

## Zubereitung

Personen : 4

Erledigt	Zutaten	Beschreibung
----------	---------	--------------

### Vorbereitung (25 Minuten)



1.

500 g Hühner Brust Filets abspülen, trocken tupfen und würfelig schneiden.  
1 Stk Zwiebel schälen und klein würfelig schneiden.  
600 g Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden.

### Garen (25 Minuten)

Erledigt	Zutaten	Beschreibung
<input type="checkbox"/>	2.	1 EL Öl pflanzlich in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel und Hühner Brust Fleisch darin zirka 5 Minuten rundherum anbraten. Mit 1 Prise Salz 1 Prise Pfeffer und 1 EL Currypulver würzen. Karotten-Scheiben und 160 g Reis lang hinzufügen und mit 600 ml Gemüse Fond ablöschen und zirka 20 Minuten garen. Dabei regelmäßig umrühren.

### Hähnchen Curry Topf (10 Minuten)

<input type="checkbox"/>	3.	300 g Erbsen rund 5 Minuten vor Ende der Garzeit hinzugeben. 125 ml Joghurt natur und 1 EL Weizenvollkorn Mehl in einer kleinen Schüssel verrühren, so dass keine Klumpen entstehen und unter die Hähnchen Masse untermischen und das Ganze fertig garen. 0.5 Bund Petersilie klein hacken und beim Servieren drüber streuen.
--------------------------	----	--

Hauptspeisen

Light

Alkohol

Besuch

• **Schwierigkeit**

Leicht

• **Zeitkategorie**

• **Nährwert**

• **Punkte**

0

• **Bewertung**

Keine Bewertung

• **Zeit**

1 Stunde

• **Preiskategorie**