

Chicken-Ananas-Curry mit asiatischem Kohlsalat



1	Peperoni
100 g	Mayonnaise
100 g	Crème fraîche
Saft von ½	Zitrone
5 EL	Sesamöl
	Salz
	Zucker
25 g	Zwiebelsprossen (ersatzweise Schnittlauch)
2	Möhren
1	Ananas
½	Chinakohl
600 g	Hähnchenfilet
2	rote Zwiebeln
1 EL	Öl
1 EL	Massaman-Currypaste (Asialaden)
1 Dose(n) (400 ml)	Kokosmilch
1 EL	Speisestärke
300 ml	Geflügelfond (Glas)
½ Bund	oder Töpfchen Koriander
1–2 EL	Fischsoße (Asialaden)
evtl.	Kresse

Für das Salatdressing Peperoni putzen und längs aufschneiden, entkernen, waschen und fein schneiden. Mayonnaise, Crème fraîche, Zitronensaft und Sesamöl verrühren. Peperoni einrühren, mit Salz und 1 TL Zucker abschmecken.

Für den Salat Sprossen abspülen und abtropfen lassen. Möhren schälen, waschen und in lange feine Stifte schneiden. Ananas großzügig schälen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Fruchtfleisch in Stücke schneiden.

Chinakohl putzen, waschen, Strunk abschneiden. Kohl in breite Streifen schneiden.

Für das Curry Fleisch waschen, trocken tupfen und in mittelgroße Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und grob würfeln. Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Currypaste zugeben und kurz mit anschwitzen.

Mit Kokosmilch ablöschen und aufkochen. Stärke und 2 EL Fond glatt rühren. Rest Fond, Hähnchen und Hälfte Ananas zum Curry geben, wieder aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln.

Koriander waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Hälfte Koriander, Möhren, Rest Ananas, Kohl und Salatdressing mischen. Mit Sprossen bestreuen. Curry mit der angerührten Stärke leicht binden und mit Fischsoße abschmecken.

Mit übrigem Koriander und eventuell Kresse bestreuen, mit Salat anrichten. Dazu passen Basmatireis und ein