

Steckrüben-Curry mit Hähnchenfleisch

Zutaten:

1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
10 g	Ingwer
750 g	kleine Steckrübe
300 g	Grünkohl
300 g	Hähnchenbrustfilet
1 EL	Sonnenblumenöl
400 ml	Gemüsebrühe
200 ml	Sahne
	Curry
	Salz
	Pfeffer
1 EL	Zitronensaft
15 g	geröstete Cashew- oder Erdnuskerne

Zubereitung:

Schalotte, Knoblauch und Ingwer schälen und hacken. Steckrübe schälen und in 1 cm große Würfel schneiden.

Grünkohl waschen, trocken schütteln und das Grün von den harten Stielen zupfen; Kohl klein schneiden und beiseitestellen.

Hähnchenbrustfilet in Würfel schneiden. 1/2 TL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Fleischwürfel darin bei mittlerer Hitze 5 Minuten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen und beiseitestellen. Restliches Öl in der Pfanne erhitzen. Schalotte, Knoblauch und Ingwer darin 2 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten. Steckrübe und Curry zugeben und 5 Minuten dünsten. Brühe zugießen und zugedeckt 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen.

Grünkohl und Hähnchenwürfel zugeben und 5 Minuten garen. Sahne zum Curry geben, erwärmen und mit Salz, Pfeffer, Curry und Zitronensaft würzen. Nuskerne vor dem Servieren über das Curry geben.