

Geschmorte Hühnerkeulen mit Basmati-Reis

Hauptspeise

Asiatisch

Geflügelgerichte

Herbst

Reisgerichte

Winter



ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ○ ○

Den Reis laut Packungsanleitung kochen. Für die Marinade Kreuzkümmel, Kardamom und Koriander kurz in einer Pfanne ohne Öl rösten. Anschließend alle Zutaten in einem Mixer (Mörser) zerkleinern. Das Fleisch mit dem Joghurt, den Gewürzen, Limettensaft und -schale vermischen und ca. 5 – 6 Stunden im Kühlschrank zugedeckt stehen lassen. In einem Wok etwas Öl erhitzen, das Fleisch aus der Marinade nehmen, salzen und kurz anbraten, Knoblauch und Kurkuma begeben. Mit Kokosmilch aufgießen, Chili beifügen, die Joghurtmarinade begeben und bei kleiner Flamme ca. 50 Minuten köcheln lassen. Wenn das Fleisch fertig ist, die Sauce abschmecken und die Hühnerkeulen mit gekochtem Reis und frisch gehacktem Koriander servieren.

ZUTATEN

250 g Uncle Ben's®
Basmati-Reis

10 Hühnerkeulen

400 ml Kokosmilch

Öl zum Braten

Salz

2 gehackte
Knoblauchzehen

1 TL Kurkuma

1 Chilischote

1 Bund frischer Koriander

1 EL Kardamom

1 Stück fein geriebener
Ingwer

1 TL Kreuzkümmel

5 EL Joghurt

1 Stück Limette