BUONO CUCINA

MADRAS CURRY MIT POULET UND ANANAS

Zutaten für ca. 4-5 Personen

- 400-600 g Pouletbrust (fein schneiden) oder Pouletbrust Filet
- 1 Zwibel fein gehackt
- 100-200g Ananas Stückli (Dose)
- Vollrahm 250-350ml (man kann es auch mit Kokosmilch machen – viel fettiger!)
- ca. 2-3 dl Geflügel Bouillon (Rinds- oder Gemüse geht auch)
- Madras Currypulver (normales geht auch) - Menge ca. 1.5 -2.5 EL
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- ein Schuss Rot- oder Weisswein (Poulet ablöschen)
- Maizena Maisstärke – um dies Curry Sauce etwas zu binden oder verdicken

Zubereitung

1. Pouletbrust in Würfel schneiden und für 5-10 Minuten in den Ananassaft legen
2. Ananassaft abgiessen: Fleisch in Rapsöl scharf anbraten mit der Zwibel zusammen, bis es nicht mehr rötlich ist. Madras Currypulver dazu geben und unterrühren. Nach Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.
3. Ananas in derselben Pfanne anbraten und mit der Bouillon ablöschen. Rühre den Rahm drunter bis cremig und dann das Fleisch dazu geben. Mit Maizena eindicken, bis es passt.
4. Wildreis dazu: 1 Tasse Reis in 2 Tassen Wasser (gut gesalzen) aufkochen und dann 15Min köcheln (kleine bis mittlere Hitze) lassen.