



Pouletbrüstli auf Mais-Linsen-Curry

aus Bruno's Küche

Zutaten für 2 Personen

½ Zwiebel
1 Dose Maiskörner (ca. 340g)
1 EL Öl
150g rote Linsen
1 EL Curry
2½ dl Wasser
2½ dl Kokosmilch
2 Pouletbrüstli (je ca. 160g)
1 Bund Petersilie
Salz, Pfeffer



Und so wird's gemacht

Zwiebel in Schnitze schneiden
Maikörner abspülen und beides andämpfen
Linsen und Curry kurz mitdämpfen
Wasser und Kokosmilch dazu giessen und aufkochen
Hitze reduzieren und ca. 10 Min köcheln lassen
Pouletbrüstli beiderseitig je ca. 5 Min braten und anschliessend würzen
Mit dem Mais-Linsen-Curry anrichten
Petersilie grob schneiden und darauf verteilen

Meine Notizen: