

Geflügelpfanne mit Reis und Mojito



Zutaten:

Geflügelpfanne:

500 g	Hähnchen-Brust
1	Zwiebel, gewürfelt
2 Zehen	Knoblauch
1 Stück	Zucchini in Streifen
1 Bund	Frühlingszwiebeln
2	Bananen
200 ml	Kokosmilch
200 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Weißwein
1 TL	Curry
1/2 TL	Paprika süß
1/4 TL	Cayenne-Pfeffer
5	Karotten gerieben

Reis à la Habanna:

1 Tasse	Reis
3	Bananen
1 TL	Salz
6 Scheiben	Schinken
4 EL	Curry
3 EL	Butter

Mojito:

100 ml	Sprudel
2 Stängel	Mojito-Minze
2 TL	Rohr-Zucker
1/2	Limette
4	Eiswürfel

Zubereitung:

Das Fleisch im Öl anbraten, dann Zucchini und Zwiebeln dazu geben. Alles zusammen 5 Minuten braten. Dann Kokosmilch, Gemüsebrühe und Wein dazu geben, mit Salz, Curry, Paprika und Cayennepfeffer würzen und alles 10- 15 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss die Bananenscheiben unterheben.

Für den Reis in einer Pfanne Butter zerlassen. Schinken in Würfel, Bananen in Scheiben schneiden und hinein geben. Reis kochen lassen. Die Curry-Butter dann unter den garen Reis heben, so dass er schön gelb wird. Bananen und Schinken auf dem Reis servieren.



Kuba