



Hähnchenbrust in Coco Tara Coconut Milk-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

4 Hähnchenbrustfilets à 125 g
1 Zwiebel
1 walnussgroßes Stück Ingwerwurzel
2 EL Kokosnussraspel
1 EL Öl
150 ml Geflügelfond (aus dem Glas)
0,4 l Coco Tara Coconut Milk
Salz, Pfeffer
einige Spritzer Zitronensaft

Für den Salat:

200 g gemischter Blattsalat
2 Scheiben Ananas (aus der Dose)
½ kleine rote Chilischote
2 EL Zitronensaft
1 TL brauner Zucker
2 EL Öl

Zubereitung:

1. Filets waschen und trockentupfen. Zwiebel und Ingwer fein hacken. Kokosraspel fettlos hellbraun rösten.
2. Öl erhitzen. Hähnchenbrust darin von beiden Seiten anbraten. Zwiebel und Ingwer zufügen und mitbraten. Geflügelfond angießen. Hähnchenbrust ca. 15 Min. garen, dabei ab und zu wenden. Fleisch aus dem Fond nehmen und warm stellen. Coco Tara Coconut Milk angießen und unter Rühren aufkochen. Kokosraspel unterrühren. Sauce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
3. Blattsalat abbrausen und trockenschleudern. Ananas in kleine Stücke schneiden. Chilischote fein hacken. Zitronensaft mit Chili, Salz, Zucker und Öl verrühren. Salat und Ananas damit mischen.
4. Hähnchenbrust in Scheiben schneiden und zusammen mit der Coconut-Milk-Sauce und dem Salat anrichten.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten