



CHEFKOCH.DE

## Curry - Reiseintopf mit Hühnerbrust

Hühnerbrüste quer in nicht zu dicke Scheiben schneiden und mit ein wenig Mehl bestäuben. Zwiebeln schälen und fein hacken. In einer Pfanne wenig Öl erhitzen. Hühnerfleisch anbraten, aus der Pfanne heben.

Pfanne mit Küchenkrepp sauber wischen. 2 EL Butter darin erhitzen, Zwiebeln und Curry zugeben, unter ständigem Rühren anschwitzen, mit Suppe aufgießen und gut verrühren. Fleisch und Reis zugeben, Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten.

Für die Garnitur Bohnen abseihen und unter fließendem Wasser gut spülen. Paprika der Länge nach durchschneiden, Kerne und Strünke entfernen. Paprika waschen in gleichgroßen Stücke schneiden. Paprika in leicht gesalzenem Wasser kurz überkochen und abseihen, abschrecken und abtropfen lassen. Petersilie hacken. Gegen Ende der Garzeit Paprika, Petersilie und Bohnen unter den Reis mischen. Als Beilage serviert man am besten Salat.

### Zutaten für 4 Portionen:

750 g Hühnerbrüste, (ausgelöst und ohne Haut)  
250 g Reis (Langkornreis)  
2 Zwiebel(n)  
2 EL Curry  
2 Paprikaschote(n), (rot und grün)  
250 g Bohnen, rote (am einfachsten aus der Dose)  
750 ml Suppe, (evtl. Würfel)  
½ Bund Petersilie  
Salz und Pfeffer  
Öl  
Mehl  
Butter

**Verfasser:** whooly

**Zubereitungszeit:** 50 Minuten  
**Schwierigkeitsgrad:** normal  
**kJ/kcal p. P.:** 620 /