

Grünes Thai-Curry

Sie kennen grünes Thai-Curry? Ein Rezept zu rotem Thai-Curry habe ich ja vor einigen Tagen veröffentlicht. Ich hatte noch ein Glas mit grüner Thai-Curry-Paste vorrätig. Und auch Kokosmilch, die ja für die eigentliche Flüssigkeit der Sauce verwendet wird.



Leckerer, grünes Thai-Curry

Grüne Thai-Curry-Paste besteht zu 20 % aus grünen Chilis. Dann sind noch Knoblauch, Zitronengras, Ingwer, Limettenschalen, Kreuzkümmel und Koriander enthalten. Ehrlich gesagt ist das grüne Thai-Curry nicht mein Favorit. Ich habe es nur zubereitet, um den Rest der Paste aufzubrechen. Mein Favorit ist eindeutig rotes Thai-Curry, bei dem die roten Chilis einfach besser herauschmecken und das Gericht eben schön scharf machen.

Was ich schon lange nicht mehr zubereitet und auch nicht mehr vorrätig habe, ist gelbes Thai-Curry. Das ist mir

geschmacklich auch noch gut in Erinnerung. Ich sollte beim nächsten Einkauf im Asiashop oder in der Internationale-Lebensmittel-Abteilung meines Supermarktes unbedingt einmal ein Glas mit gelber Thai-Curry-Paste kaufen, um auch hier noch Vergleiche anstellen zu können.

Als Hauptzutat habe ich eine Innerei gewählt. Ungewöhnlich, aber sehr schmackhaft und lecker. Und zwar Hähnchenherzen. Diese bekommen Sie mittlerweile auch bei jedem gut sortierten Discounter in der Kühltheke für Fleischwaren.

Dazu kommen noch einige Gemüsesorten. Die Sauce wird, wie erwähnt, mit Kokosmilch und der grünen Thai-Curry-Paste gebildet.

Als Sättigungsbeilage gibt es wie erwartet Langkornreis.

Probieren Sie es aus. Welches Thai-Curry schmeckt Ihnen am besten und ist Ihr Favorit? Rotes, grünes oder gelbes Thai-Curry? Hinterlassen Sie mir gern einen Kommentar beim Rezept, ich bin daran immer gern interessiert.

Für 2 Personen:

- 200 g Hähnchenherzen (1/2 Packung)
- 2 Blätter Chinakohl
- ein Stück Zucchini
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml Kokosmilch (1/2 Dose)
- 2–3 EL grüne Thai-Curry-Paste
- Salz
- Zucker
- 1 Tasse Langkornreis
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 17 Min.



Mit Hähnchenherzen

Reis in kochendem, leicht gesalzenen Wasser 17 Minuten garen.

Parallel dazu Gemüse putzen.

Lauchzwiebeln in grobe Stücke schneiden. Chinakohlblätter quer in feine Streifen schneiden. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Zucchini zuerst längs vierteln, dann quer in feine Scheiben schneiden. Alles in eine Schale geben.

Hähnchenherzen quer in feine Scheiben schneiden. Ebenfalls in eine Schale geben.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Herzen und Gemüse darin kurz anbraten. Kokosmilch und Thai-Curry-Paste dazugeben, gut verrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen.

Grünes Thai-Curry großzügig mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!