WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Hähnchenschenkel mit Aprikosen

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenschenkel (aus deutscher Erzeugung)
2 EL Öl
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
600 ml Kokosmilch
1 Stück Ingwer
3 TL Curry
1 EL Currypaste
1 Dose Aprikosen (480 g ohne Saft)
200 g Reis
Koriander



Nährwerte:

Pro Portion ca. 992 kcal, 57 g Fett, 48 g Kohlenhydrate, 68 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 60 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Hähnchenschenkel mit Aprikosen

Zubereitung:

1. Zuerst die Hänchenschenkel in dem Öl von jeder Seite circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



2. Jetzt Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln und in der gleichen Pfanne glasig anbraten.



3. Anschließend mit Kokosmilch, Ingwer, Curry und Currypaste aufkochen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Hähnchenschenkel mit Aprikosen



4. Dann die Kokossauce über die Hähnchenschenkel geben und circa 45 bis 50 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen. Nebenbei den Reis nach Packungsangabe kochen.



5. Zum Finale die Aprikosen für die letzten 10 Minuten zu den Hähnchenschenkeln geben und mit garen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Hähnchenschenkel mit Aprikosen

6. Dann die Curry-Hähnchenschenkel mit Koriander bestreuen und alles zusammen genießen!





Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D"s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**