



# Hähnencurry

 4 Portionen

## Zutaten

---

500g Hähnchenbrustfilet(s)  
1 Süßkartoffel  
1 rote Paprika  
1 Dose Kokosmilch  
2 EL Currypaste  
1 Zwiebel  
1 EL Tomatenmark  
1 EL Sojasoße  
etwas Salz  
1 Flasche Smoothie  
(z.B. Mango u. Pfirsich)  
Wasser

## Zubereitung

---

Hähnchenbrustfilet in Streifen schneiden. Paprika entkernen und ebenfalls in Streifen schneiden. Süßkartoffeln und Zwiebeln schälen und würfeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel glasig anschwitzen. Tomatenmark & Currypaste zugeben und kurz mit anbraten. Hähnchenbrustfilet zugeben und mit Kokosmilch, sowie nach Bedarf Wasser, ablöschen. Die Süßkartoffeln hinzugeben und ca. 20 min bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sie weich sind. Dann Paprikastreifen sowie den Smoothie zugeben und ca. 10 min ziehen lassen. Am Schluss mit Sojasoße und bei Bedarf mit Salz abschmecken.

---

*Guten Appetit!*

