Hühnertopf mit Mango

Der Hühnertopf mit Mango bringt eine wunderbaren Kombination aus herzhaften und fruchtigen Aromen mit.Reis sorgt für eine sättigende Basis und nimmt die Aromen der Brühe und Gewürze gut auf und die Gemüsezwiebel verleiht dem Gericht eine milde Süße und Tiefe.Ananassaft fügt eine fruchtige Süße hinzu, die gut mit der Mango harmoniert.

Herkunft: Indien
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

100 g Reis
275 ml Wasser
1 Gemüsezwiebel
30 g Margarine
40 g Weizenmehl
400 ml Ananassaft
800 ml Hühnerbrühe
600 g Hühnchenfleisch
300 g Mango
2 Frühlingszwiebel(n)
3 TL Öl
1 Prise Salz
1 TL Madras Curry
1 TL Mango Chutney
1 Prise Cayennepfeffer

Vorbereitung

Den Reis im Salzwasser garen, bis er weich geworden und das Wasser verdampft ist. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen, würfeln. Die Hähnchenbrustfilets waschen und abtupfen und in kleine Würfel schneiden. Die Mango schälen, in Spalten schneiden, die Spalten halbieren. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden.

Zubereitung

Die Zwiebelwürfel in der Margarine andünsten. Mit Mehl bestäuben, kurz anschwitzen, mit Ananassaft und Hühnerbrühe auffüllen. Bei milder Hitze 10 Minuten kochen lassen. Das Fleisch im Öl anbraten, mit Salz würzen, mit Curry bestäuben, kurz anschwitzen. Fleisch, Mango und die Frühlingszwiebeln in den Eintopf geben, einmal aufkochen, mit Mango Chutney, Cayennepfeffer und Salz abschmecken. Den Reis unterheben.

© 2026 coquina.de