Süßkartoffel-Hähnchen Curry

Zutaten

- 300 g Süßkartoffel
- 50 g Zwiebeln
- 10 Stängel Koriander
- 250 g Hähnchenbrustfilets
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 400 g stückige Tomaten a.d. Dose
- 200 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Fix für Indisches Hähnchen Curry

Zubereitung

1. Süßkartoffeln schälen und in 2 x 2 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und grob hacken.

2. Hähnchenbrustfilet waschen, trockentupfen und in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden.

3. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hähnchen und Zwiebel(n) goldbraun anbraten. Tomaten und Wasser zugießen.

4. Maggi Fix für Indisches Hähnchen Curry unterrühren und alles aufkochen. Süßkartoffelwürfel zugeben. Zugedeckt bei geringer Hitze ca. 20 Min. garen, bis die Süßkartoffeln weich sind. Gelegentlich umrühren. Mit dem Koriander bestreut servieren. Dazu schmecken Joghurt und Naan Brot.

Nährwert-Anzeige

Energie	293 kcal
Protein	24 g
Kohlenhydrate	35 g
Fette	6 g

30 Minuten

3 Portionen

MAGGI KOCHSTUDIO 60523 Frankfurt am Main >> Telefon (069) 66 71 - 28 41 >> facebook.com/MaggiKochstudio >> www.maggi.de