



## Hähnertopf mit Mango

Der Hähnertopf 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. Ananassaf 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 Ananassaf  
800 ml Hühnerbrühe  
600 g Hähnchenfleisch  
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 Ananassaf 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.