

Polar's Kochstudio
Rezept 084 / 2008



Zutaten für 3 Portionen:

400 g Putenfleisch, in Streifen geschnitten
1 Zwiebel(n), in Würfeln
1 Knoblauchzehe(n), gehackt
300 g Champignons, in Scheiben
165 ml Kokosmilch
150 ml Brühe
Salz und Pfeffer
evtl. Chilischote(n), fein gehackt
1 EL Öl

Zubereitung:



Das Fleisch salzen und pfeffern, kurz in etwas Öl anbraten, aber nicht durch braten. Warm stellen. Die Champignons in der Pfanne anbraten, Zwiebel und Knoblauch dazu geben, etwas Farbe nehmen lassen und mit Brühe ablöschen. Etwas einreduzieren lassen. Ich gebe nie die gesamte Flüssigkeit auf einmal dazu, sondern immer nach und nach. Wer gerne scharf isst, gibt die Chili dazu. Zum Schluss dann die Kokosmilch dazu geben, das warm gestellte Fleisch wieder einlegen, nochmals etwas einköcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu reicht man Basmatireis und Gemüse nach Wahl.

Zubereitungszeit: 20 Minuten