

Röd thailändsk curry med kyckling och kokos

Total tid **25 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse 15 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
2.932 kJ / 703 kcal

Fett: **32,2 g** Protein: **41,7 g**
Kolhydrater: **57,7 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

Till nötterna:

50 g blandade nötter, t.ex.
cashewnötter,
hasselnötter,
pekannötter, jordnötter
3 msk Kikkoman naturligt
bryggd sojasås
1 msk farinsocker

Till curryn:

200 g ris, t.ex. basmati
500 g kycklingbröstfilé
2 röda paprikor
1 knippe knippe salladslök
2 morötter
200 g sugar snaps (eller frysta
ärtor eller gröna bönor)
2 tsk röd currypasta
2 tsk Kikkoman rostad
sesamolja
400 ml kokosmjölk
75 ml Kikkoman naturligt
bryggd sojasås
Några korianderblad
(eller thaibasilika)

FÖRBEREDELSE

Steg 1

För de kryddiga nötterna:

50 g blandade nötter, t.ex. cashewnötter,
hasselnötter, pekannötter, jordnötter - **3 msk**
Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **1 tsk**
farinsocker

Hacka nötterna grovt. Värm Kikkoman sojasås med
sockret, tillsätt nötterna och glasera. Lägg över på
bakplåtspapper och låt svalna.

Steg 2

200 g ris, t.ex. basmati - **500 g** kycklingbröstfilé -
2 röda paprika - **1 knippe** salladslök - **2** morötter -
200 g sugar snaps (eller frysta ärtor eller gröna
bönor) - **2 tsk** röd currypasta - **2 msk** Kikkoman
rostad sesamolja **400 ml** kokosmjölk - **75 ml**
Kikkoman naturligt bryggd sojasås
Koka riset enligt anvisningarna på förpackningen.
Skär kycklingen i bitar. Skär paprikan i strimlor,
salladslöken i ringar, morötterna i skivor och
halvera dina sugar snaps. Fräs currypastan i het
Kikkoman Sesamolja i en wok. Tillsätt
kokosmjölken, ca. 100 ml vatten och Kikkoman
sojasås och koka upp.

Steg 3

Några korianderblad (eller thaibasilika)
Tillsätt kycklingen och låt sjuda i ca 5 minuter.
Tillsätt grönsakerna och koka i ytterligare 5
minuter. Skär koriandern i strimlor. Garnera curryn
med koriandern och de kryddiga nötterna och
servera med riset.