

Красный тайский карри с курицей и кокосом

Общее время **25 мин** 10 мин Время подготовки 15 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):

2 932 кДж / 703 ккал

Жиры: **32,2 г** Белки: **41,7 г**

Углеводы: **57,7 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

Для пряных орехов:

- 50 г** смеси орехов,
например кешью,
фундука, пекана,
арахиса
- 3 ст. л.** соевого соуса
натурального брожения Kikkoman
- 1 ст. л.** коричневого сахара

Для карри:

- 200 г** риса, например,
Басмати
- 500 г** филе куриной грудки
- 2** красных болгарских
перца
- 1 пучок** зелёного лука
- 2** моркови
- 200 г** молодого стручкового
гороха (или
замороженного гороха
или стручковой фасоли)
- 2 ч. л.** красной пасты карри
- 2 ч. л.** масла Kikkoman из
поджаренного кунжута
- 400 мл** кокосового молока
- 75 мл** соевого соуса
натурального брожения
Kikkoman
- Несколько листьев
кинзы (или тайского
базилика)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Ингредиенты:

50 г смеси орехов, например кешью, фундука, пекана, арахиса - **3 ст. л.** соевого соуса натурального брожения Kikkoman - **1 ч. л.** коричневого сахара

Орехи крупно порубите. Нагрейте соевый соус Kikkoman с сахаром, добавьте орехи и глазируйте их. Переложите на бумагу для выпечки и оставьте остывать.

Шаг 2

200 г риса, например, Басмати - **500 г** филе куриной грудки - **2** красных болгарских перца - **1 пучок** зелёного лука - **2** моркови - **200 г** молодого стручкового гороха (или замороженного гороха или стручковой фасоли) - **2 ч. л.** красной пасты карри - **2 ст. л.** масла Kikkoman из поджаренного кунжута **400 мл** кокосового молока - **75 мл** соевого соуса натурального брожения Kikkoman

Приготовьте рис по инструкции на упаковке.

Нарежьте курицу на кусочки. Нарежьте перец полосками, зелёный лук — кольцами, морковь — кружочками, а стручки гороха разрежьте пополам. Обжарьте пасту карри в горячем кунжутном масле Kikkoman в воке. Добавьте кокосовое молоко, около 100 мл воды и соевый соус Kikkoman и доведите до кипения.

Шаг 3

Несколько листьев кинзы (или тайского базилика)

Добавьте курицу и варите около 5 минут. Добавьте овощи и готовьте еще 5 минут.

Нарежьте кинзу полосками. Украсьте карри кинзой и острыми орехами и подавайте с рисом.