

# Куриное карри по-японски

Общее время **35 мин** 15 мин Время приготовления 20 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):  
**2 950 кДж / 705 ккал**

Жиры: **29 г** Белки: **34 г**  
Углеводы: **75 г**

## ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

### Маринад для курицы

**200 г** куриных бедер или грудки

**1 ч. л.** порошка карри

**1 щепотка** соли

### Основа для карри

**5 г** чеснока

**5 г** имбиря

**100 г** лука

**50 г** моркови

**50 г** кабачков

**50 г** шампиньонов

**1 ст. л.** порошка карри

**0,5 ч. л.** гарам масала

**2 ст. л.** жареного лука

**1 ст. л.** рапсового масла

### Приправа и соус

**1 ст. л.** соевого соуса  
натурального брожения  
Kikkoman

**1 ст. л.** концентрированной  
основы Kikkoman для  
супа Рамен

**1 ст. л.** кетчупа

**1 ст. л.** тахини

**300 мл** воды

### Загуститель

**1 ст. л.** кукурузного крахмала

**40 мл** воды

### Для подачи и топпинги

**400 г** готового риса

**2** яйца, сваренных  
всмятку (около 7 минут)

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

### Шаг 1

**200 г** куриных бедер или грудки - **1 ч. л.** порошка карри - **1 щепотка** соли

Нарежьте курицу на маленькие кусочки, добавьте порошок карри и соль и хорошо перемешайте, чтобы равномерно покрыть кусочки.

### Шаг 2

**5 г** чеснока - **5 г** имбиря - **100 г** лука - **50 г** моркови - **50 г** шампиньонов - **50 г** кабачков  
Мелко нарежьте чеснок и имбирь и смешайте их. Нарежьте лук, морковь и кабачок на кусочки по 3 см, а грибы нарежьте четвертинками.

### Шаг 3

**1 ст. л.** рапсового масла - **1 ст. л.** порошка карри - **2 ст. л.** жареного лука - **300 мл** воды

Нагрейте рапсовое масло в кастрюле на среднем огне. Добавьте чеснок и имбирь из шага 2 и обжарьте до появления аромата. Добавьте маринованную курицу из шага 1 и готовьте на медленном огне, стараясь, чтобы курица не подгорала. Добавьте лук, морковь и кабачки и обжарьте нескольких минут, затем добавьте порошок карри и грибы. Влейте воду, добавьте жареный лук, снимите пену, которая поднимается на поверхность, накройте крышкой и тушите 15 минут.

### Шаг 4

**1 ст. л.** соевого соуса натурального брожения  
Kikkoman - **1 ст. л.** концентрированной основы  
Kikkoman для супа Рамен - **1 ст. л.** кетчупа - **1 ст. л.** тахини

**1 щепотка** жареного лука

**1 щепотка** петрушки

Когда овощи станут мягкими, смешайте в миске соевый соус Kikkoman, основу Kikkoman для супа Рамен, кетчуп и тахини до однородной консистенции, затем добавьте в кастрюлю и хорошо перемешайте.

#### **Шаг 5**

**1 ст. л.** кукурузного крахмала - **40 мл** воды - **0,5 ч. л.** гарам масала

Растворите крахмал в воде. Добавьте его в карри и постоянно помешивайте, пока соус не закипит и не загустеет. В самом конце приготовления добавьте гарам масала, затем выключите огонь.

#### **Шаг 6**

**400 г** готового риса - **2** яйца, сваренных всмятку (около 7 минут) - **1 щепотка** щепотка жареного лука - **1 щепотка** щепотка петрушки

Разложите рис по тарелкам и полейте его карри. Сверху выложите яйца, жареный лук и петрушку.