

Keto-Curry mit Huhn und Kokosmilch

Beschreibung: Exotisches Keto-Curry mit zartem Huhn, cremiger Kokosmilch und frischem Gemüse – sättigend und voll keto.

Zeit: Zubereitungszeit: 40 Min | Vorbereitungszeit: 15 Min | Portionen: 2

Bild:

Keto-Curry mit Huhn und Kokosmilch

Utensil	Anmerkung
Topf oder Pfanne	Groß, mit Deckel
Messer / Schneidbrett	zum Würfeln

Zutat	Menge
Hähnchenbrust	250 g
Kokosmilch	200 ml
Rote Currypaste	1 TL
Kleine Zucchini	1 Stück
Paprika	1 Stück
Kokosöl	1 EL
Salz	Nach Geschmack
Frischer Koriander	Optional

Zubereitung:

1. Hähnchenbrust in Würfel schneiden, in Kokosöl anbraten.
2. Currypaste unterrühren, kurz mitrösten.
3. Gemüse würfeln, hinzufügen und 5 Min. mitdünsten.
4. Kokosmilch zugießen, salzen und ca. 15 Min. köcheln lassen.
5. Mit frischem Koriander servieren – exotisch, sättigend und voll keto.

Tipps: Mit frischem Koriander garnieren. Hervorragend als Hauptgericht oder exotisches Keto-Menü geeignet.

Revision #1

Created 2026-05-27 09:52:40 UTC by Admin

Updated 2026-05-27 09:52:41 UTC by Admin