



Madagaskar **Kokos-Tomaten-
poulet mit Vanille und
Ingwerreis**

ZUTATEN 4 Personen

POULET

1 Poulet, frisch (ca. 1,2kg)
Chilipulver
Salz
1 EL Erdnussöl
2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
1 Zwiebel, fein gewürfelt
1 Chilischote, entkernt & fein gewürfelt
20g Ingwer, fein gewürfelt
1 Vanilleschote
3 dl Kokosmilch
2 dl Geflügelfond
4 reife Tomaten, geschält, entkernt und gewürfelt
3 EL Kokosnuss frisch, geraspelt

INGWERREIS

600 ml Wasser
½ TL Salz
½ unbehandelte Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
2 EL Ingwer, fein gewürfelt
2 EL Sonnenblumenöl
250g Basmatireis, gründlich gewaschen und abgetropft

Rezept: Tanja Grandits, www.stuckibasel.ch

POULET

Das Poulet in 8 Teile zerschneiden. Mit Salz und Chilipulver würzen. Das Öl in einem Bratpfanne erhitzen und die Pouletteile rundherum anbraten, wieder herausnehmen und überschüssiges Fett abgiessen. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Chiliwürfel im Topf anschwitzen und mit Geflügelfond und Kokosmilch ablöschen.

Ausgekratztes Vanillemark und Schote zufügen. Poulet und Tomatenwürfel dazugeben und 30 Minuten mit Deckel bei mittlerer Hitze schmoren.

Die Sauce etwas einreduzieren und abschmecken. Mit frischen Kokosraspeln und dem Ingwerreis servieren.

INGWERREIS

Für den Reis das Wasser mit Salz, Zitronenschale, Zitronensaft und Ingwer aufkochen und 5 Minuten ziehen lassen. In einer grossen Pfanne Öl erhitzen, den Reis dazugeben und kurz andünsten. Mit dem Ingwer- Zitronenwasser aufgiessen, zum Kochen bringen. Einen Deckel auflegen und bei sehr niedriger Temperatur 10 Minuten garen. Den Reis mit einer Gabel auflockern.