KIKKOMAN

Thajské červené kari s kuřecím masem a kokosem

Celkový čas vaření **25 min.** **10 min.** Doba přípravy **15 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):
2.932 kJ / 703 kcal

Tuky: **32,2 g** Bílkoviny: **41,7 g**
Sacharidy: **57,7 g**

INGREDIENCE

4 Porce

Na pikantní ořechy:

50 g	směsi ořechů (např. kešu, lískové, pekanové, arašídy)
3 polévkové lžíce	Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
1 polévková lžíce	třtinového cukru

Na kari:

200 g	rýže (např. basmati)
500 g	kuřecích prsou
2	červené papriky
1 svazek	jarní cibulky
2	mrkve
200 g	luskového hrášku (nebo mraženého hrášku či zelených fazolek)
2 čajové lžičky	červené kari pasty
2 čajové lžičky	Kikkoman Pražený sezamový olej
400 ml	kokosového mléka
75 ml	Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
	Několik lístků koriandru (nebo thajské bazalky)

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

Pro pikantní ořechy:

50 g směsi ořechů (např. kešu, lískové, pekanové, arašídy) - **3 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo - **1 čajová lžička** třtinového cukru
Ořechy nahrubo nasekej. Kikkoman Sójovou omáčku a cukr zahřej, přidej ořechy a krátce prohřej, aby se obalily. Přesuň na pečicí papír a nech vychladnout.

Krok 2

200 g rýže, například basmati - **500 g** kuřecích prsou - **2** papriky - **1 svazek** svazek jarní cibulky - **2** mrkve - **200 g** luskového hrášku (nebo mraženého hrášku či zelených fazolek) - **2 čajové lžičky** červené kari pasty - **2 polévkové lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej **400 ml** kokosového mléka - **75 ml** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
Uvař rýži podle návodu. Kuře nakrájej na kousky, papriky na proužky, jarní cibulku na kolečka, mrkev na plátky, lusky rozpul napůl. V rozehřátém Kikkoman Sezamovém oleji orestuj kari pastu. Přidej kokosové mléko, cca 100 ml vody a Kikkoman Sójovou omáčku. Přiveď k varu.

Krok 3

koriandr (nebo thajská bazalka)
Přidejte kuře a nechte mírně probublávat asi 5 minut. Přidejte zeleninu a vařte další 5 min. Poté přidejte zeleninu a vařte dalších 5 minut. Koriandr nakrájejte na proužky. Hotové kari ozdobte koriandrem a pikantními oříšky a podávejte s rýží.