



Kochclub Obstalden

Menue vom 31. März 2003

Franz Leupi

Gemischter Salat

Chiken Madras (Thailand) mit Nudeln

Kokos - Bananen mit Vanille und Schokoladen - Glace

Chiken Madras

100 g	Kokosraspel
½ Liter	Milch
½	Zwiebeln
1	Knoblauchzehen
200 g	Karotten
600 g	Hänchenfilet
2 EL	Pflanzenoelcreme
	Salz
	Currypulver
2	kleine Bananen
¼ Liter	Gemüsebrühe
	Chiligewürz
200 g	Saucenhalbrahm
200 g	Ananasstücke (aus der Dose)
100 g	gesalzene Cashewkerne
	weissen Pfeffer
	scharfen Paprika
	Zitronensaft

1. Die Kokosraspel in Milch etwa 30 Min. einweichen. Das Gemüse und den Knoblauch fein würfeln. Das Hühnerfleisch in grobe Stücke schneiden, von allen Seiten in Oel scharf anbraten, herausnehmen, salzen und mit viel Curry bestäuben.

2. Das Gemüse im restlichen Fett anbraten, die Bananen schälen, zerdrücken und daruntermischen. Alles mit Brühe ablöschen und 5 Min. kochen lassen. Alles mit Curry abschmecken.
3. Die Kokosmilch durchsieben, mit dem Hähnchenfleisch, dem Saucenhalbrahm, den Ananasstücken, den Cashewkernen und dem Chiligewürz unter das Gemüse rühren.
4. Alles 10 bis 20 Min. schmoren lassen und zum Schluss mit Salz, Pfeffer, Paprika, Curry, Zitronensaft und Ananassaft nicht zu scharf abschmecken.

Beilage

Nudeln (nach angaben auf Packung zubereiten)

Kokos - Bananen mit Vanille und Schokoladen - Glace

- 4
Bananen
Brauner Zucker
Kochbutter
Kokosraspel
Vanille Glace
Schokoladen Glace

Bananen der länge nach halbieren. In der Bratpfanne mit Kochbutter und braunem Zucker anbraten. Bananen mit Kokosraspel bestreuen und mit je einer Kugel Vanille Glace und Schokoladen Glace servieren.

Salat – Sauce

Für ca. 10 Personen

6	Esslöffel	Mayonnaise
1	Esslöffel	Senf
16	Salatlöffel	Oel
2	Salatlöffel	Essig

Alles gut rühren

4	dl	Milch
4	gehäuften Teelöffel	Salatgewürz