



Gesamtzeit: 1 h 20 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 5 Personen

afrikanischer Erdnusseintopf

afrikanischer Erdnusseintopf

4 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

500 g Hähnchenbrustfilet

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen

1 Esslöffel Ingwer

1 Paprika

2 mittelgroße Süßkartoffeln

1 Dose gewürfelte Tomaten (400g)

250 g Nick Peanutbutter creamy

750 l Jürgen Langbein Geflügel-Fond

2 Teelöffel Lien Ying Kreuzkümmel gemahlen

2 Teelöffel geräuchertes Paprikapulver

1 Teelöffel Lien Ying Kurkuma gemahlen

0.5 Teelöffel Cayennepfeffer

Salz, Pfeffer

Zum Servieren:

Gehackte Erdnüsse

Frischer Koriander

Gekochter Reis oder Fladenbrot

afrikanischer Erdnusseintopf

1.

Zwiebel würfeln, Knoblauchzehen und Ingwer hacken, Paprika würfeln. Süßkartoffeln schälen und ebenfalls würfeln. Hähnchenbrustfilets in Würfel schneiden.

Olivenöl in einem großen Topf oder Schmortopf bei mittlerer Hitze erhitzen. Hähnchenwürfel hinzufügen und etwa 5-7 min. anbraten, bis sie von allen Seiten goldbraun sind. Das Hähnchen herausnehmen und beiseite stellen.

In dem gleichen Topf nochmal etwas Olivenöl hineingeben. Die Zwiebel hinzufügen und etwa 5 min. anbraten, bis sie weich wird. Knoblauch und Ingwer hinzufügen und weitere 1-2 min. braten. Die Paprika und Süßkartoffeln einrühren. Etwa 5 min. anbraten, dabei gelegentlich umrühren.

Kreuzkümmel, geräuchertes Paprikapulver, Kurkuma (wenn verwendet), Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer hinzufügen. Gut umrühren.

Die gewürfelten Tomaten und die Erdnussbutter einrühren. Gut vermischen. Den Fond nach und nach

einrühren, um alles gut zu vermengen. Zum Kochen bringen.

Die angebratenen Hähnchenwürfel zurück in den Topf geben. Den Eintopf abdecken und 20-25 min. köcheln lassen, bis die Süßkartoffeln weich und das Hähnchen durchgegart ist.

Den Eintopf heiß servieren, mit gehackten Erdnüssen und frischem Koriander garnieren. Dazu Reis oder Fladenbrot reichen.