



Mildes Hähnchen-Curry für Groß und (ganz) Klein

ab 10. Monat

Zutaten

- 400 g Hähnchenfleisch oder Putenfleisch
- beliebiges Gemüse wie bspw. 1 kleine Zucchini und etwas Hokkaidokürbis oder rote Paprika
- 200 ml Sahne oder Kokosmilch
- mildes Obst
- 3 TL mildes Currypulver
- Kokos- oder Olivenöl
- 1 EL Dinkelvollkornmehl



Hähnchencurry selber machen - so gehts:

1. Als erstes wird das Fleisch gewaschen und trocken getupft. Dann kannst du es bereits in mundgerechte Happen teilen und in etwas Kokos- oder Olivenöl in einer beschichteten Pfanne anbraten. Ich schaue immer, dass das Fleisch ordentlich Röstaromen entwickelt. Dann bleibt es saftig.
2. Während das Fleisch brutzelt, kannst du das Gemüse waschen und klein schneiden. Ich gebe immer alles auf einmal zur Pfanne. Du kannst aber Gemüsesorten, die länger garen müssen zuerst zufügen. Schau einfach, wie es passt.
3. Sobald alles an Gemüse in der Pfanne ist, gibst du auch die Gewürze und das Mehl darüber und vermengst alles gut. Dann kommt schon die Kokosmilch bzw. die Sahne zum Einsatz.
4. Lasse das Hähnchencurry mit Gemüse für etwa 7 Minuten köcheln.
5. Gib das Obst hinzu. Das sorgt noch einmal für leckere Süße

Wir essen das milde Hühnchencurry am liebsten mit Reis. Beachte dazu auch meine Tipps zum [Reis kochen](#). Je nach Sorte braucht er 10-25 Minuten zum Kochen.



Das Rezept ist absichtlich ohne Salz, denn beim Kochen für (Klein-)Kinder empfehle ich euch das Würzen am Tisch. Nimm alternativ eine Portion für dein Baby / Kleinkind ab und würze das restliche Hähnchencurry in der Pfanne mit Salz.

Unsere Empfehlung für Dich:

The advertisement features a light green background. On the left, the text reads 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE' in a bold, dark font, followed by 'MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER' in a smaller font. Below this is a red button with a white arrow and the text 'ZUM SHOP'. To the right of the text are three circular images showing various baked goods: a stack of muffins, a small round cake, and a bowl of snacks. Further right is a vertical image of the book cover, which has a purple and white design and shows a hand holding a small bread roll.

erhältlich unter <https://www.familienkost.de/shop/>