



## Currypfanne mit Huhn

### Zutaten: 4 Portionen

4 Hühnerbrüstchen  
200 g rote Linsen  
ca. 800 ml Gemüsesuppe  
Salz, Pfeffer, Curry  
1 Stange Lauch in 1 cm Ringe geschnitten  
200 g Gemüse der Saison  
3 EL Sesamöl geröstet  
2 EL Obers

### Zubereitung:

Linse in ca. 1/2 l Gemüsesuppe 10 Min. bissfest garen, Hühnerbrüste in Streifen schneiden und scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Lauchstücke und das geschnittene Saisongemüse im Bräterückstand ansautieren, mit Curry würzen und mit restlicher Suppe und Obers aufgießen. Das Hühnerfleisch und die gekochten Linsen hinzugeben, durchziehen lassen und abschmecken.

**TIPP**

Couscous ist fürs Homeoffice perfekt geeignet. Einfach mit der doppelten Menge an kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen. Es gibt auch die Vollkornvariante zu kaufen.



## Currypfanne mit Huhn

### Zutaten: 4 Portionen

4 Hühnerbrüstchen  
200 g rote Linsen  
ca. 800 ml Gemüsesuppe  
Salz, Pfeffer, Curry  
1 Stange Lauch in 1 cm Ringe geschnitten  
200 g Gemüse der Saison  
3 EL Sesamöl geröstet  
2 EL Obers

### Zubereitung:

Linse in ca. 1/2 l Gemüsesuppe 10 Min. bissfest garen, Hühnerbrüste in Streifen schneiden und scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Lauchstücke und das geschnittene Saisongemüse im Bräterückstand ansautieren, mit Curry würzen und mit restlicher Suppe und Obers aufgießen. Das Hühnerfleisch und die gekochten Linsen hinzugeben, durchziehen lassen und abschmecken.

**TIPP**

Couscous ist fürs Homeoffice perfekt geeignet. Einfach mit der doppelten Menge an kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen. Es gibt auch die Vollkornvariante zu kaufen.