Mango-Curry mit Reis

und Traditions-Beinschinken

Was du dazu benötigst

200g Traditions-Beinschinken
1 Mango
200g Frischkäse, natur
½ TL Salz
1 TL Currypulver
1 TL Öl
250g Langkornreis
Etwas Kräuter, frisch
Etwas Öl zum Anbraten

Zubereitung

Reis in der doppelten Menge leicht gesalzenem Wasser ca. 12 – 15 Minuten garkochen.

Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern lösen und in Stücke schneiden. Zusammen mit Frischkäse, Salz, Currypulver und Olivenöl fein pürieren.

Traditions-Beinschinken in Würfel schneiden und in einer großen Pfanne mit 1 EL Öl bei mittlerer Hitze ca. 2 – 3 Minuten anbraten.

Das Mango-Püree in die Pfanne zum Schinken geben, gut verrühren und bei niedriger Hitze 3 – 5 Minuten erwärmen.

Den Reis auf Tellern verteilen, die Mango-Schinken-Curry-Sauce darüber geben und mit frischen Kräutern bestreuen.

Tipp

Ein Spritzer Limettensaft sorgt für eine angenehme Frische in der cremigen Sauce.

Portionen

4 Portionen

Dauer

35 Minuten
Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Kochzeit: 20 Minuten

Level

Einfach

Mein BERGER Schinken