

# Chickenballs mit rotem Linsen-Curry

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/11/24/chickenballs-mit-rotem-linsen-curry/](https://happy-mahlzeit.com/2019/11/24/chickenballs-mit-rotem-linsen-curry/)

Zutaten für 2 Personen

## **Für das Linsen-Curry:**

- 150 g rote Linsen
- 500 ml Hafermilch
- 50 g Madras-Curry
- 5 g Ingwer
- 30 ml Rapsöl

## **Zubereitung:**

Ingwer schälen und reiben. Die roten Linsen zusammen mit Ingwer und Curry in Rapsöl anschwitzen. Mit Hafermilch auffüllen und ca. 20 Minuten weichköcheln. Erst dann mit Salz würzen und abschmecken.

## **Für die Chickenballs:**

- 2 Hähnchenbrüste mit Haut
- 10 Basilikumblätter
- 100 g Kernemix
- 1 TL Harissa
- 20 ml Rapsöl zum Braten
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## **Zubereitung:**

Die Hähnchenbrüste von der Haut befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem großen Messer so lange fein hacken, bis die Masse leicht bindet. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Basilikum und Harissa mit der Hähnchenmasse vermengen. Anschließend kleine Bällchen formen.

Kernemix zerstoßen und die Bällchen durch den Kernemix wälzen. In Rapsöl von beiden Seiten goldgelb braten. Die Chickenballs auf dem Linsen-Curry anrichten, mit Basilikum garnieren und servieren.

Rezept: Mario Kotaska

Quelle: ZDF - Die Küchenschlacht vom 22.2.2019