



## Манговое куриное карри с рисом и грибами



### Ингредиенты

◦ Шампиньоны резаные	1 банка (400г)
◦ Карри паста	1 ч. л.
◦ Манго	1 шт.
◦ Куркума	1 щепотка
◦ Сливки 22%	200 г
◦ Лук зеленый	5 стеблей
◦ Орех мускатный	1 щепотка
◦ Перец чили молотый	1 щепотка
◦ Масло растительное	1 ст. л.
◦ Рис басмати (сухой)	300 г
◦ Филе куриное (вареное)	300 г
◦ Соль	по вкусу

### Способ приготовления:



30 мин



2 порции



197 ккал

1. Нарежьте куриное филе тонкими пластинками. Обжарьте на растительном масле до золотистого цвета.<br>
2. В глубокой миске перемешайте сливки со всеми специями. Залейте этой смесью филе. Готовьте на среднем огне 5 минут.<br>
3. Манго порежьте кубиками и добавьте к курице. Накройте крышкой, тушите 7–8 минут, периодически помешивайте.<br>
4. Отварите рис в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг. Смешайте с шампиньонами и измельченным луком.<br>
5. Разложите рис по тарелкам рис и гарнируйте карри.



### Совет

Выбирая манго в магазине, обратите внимание на его внешний вид: у созревшего манго гладкая, блестящая

кожура насыщенного цвета с темными крапинками.

---

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>