

Indisches Hähnchen-Curry

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

120
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

3 Hähnchenbrustfilets (am besten mit Haut)
 1 Zwiebel, fein gehackt
 2 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
 1 Esslöffel frischer Ingwer, geschält und gehackt
 2 Esslöffel Tomatenmark
 2 Teelöffel Kreuzkümmel, gemahlen
 2 Teelöffel Kurkuma, gemahlen
 1,5 Teelöffel Koriander, gemahlen
 1 Teelöffel Cayennepfeffer
 2 Teelöffel Garam Masala
 750 ml Geflügelfond
 200 g passierte Tomaten
 100 ml Sahne
 250 g Neue Kartoffeln, in mundgerechte Stücke geschnitten
 3 Esslöffel Pflanzenöl
 Salz, Pfeffer

Zum Servieren

8 Esslöffel Joghurt
 4 Esslöffel glatte Petersilie, gehackt
 4 Naan-Brot-Fladen

Manchmal sind die einfachsten Rezepte die besten. Unser indisches Hähnchen-Curry zum Beispiel. Kreuzkümmel, Kurkuma und alles Gute, das die indische Küche herzugeben hat wandert zusammen in einen Topf. Du musst nur noch den Deckel drauf packen und warten, bis sich das ganze Aroma entfaltet hat. Dann heißt es auch schon: Gabel raus und cremig-würzige Zartheit genießen! Und weil Resteessen das leckerste ist kannst du die übrige Soße mit selbstgemachtem Naan-Brot bis zum letzten Tropfen genießen.

- 1 -

In einem Bräter das Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Die Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen und ohne Wenden ca. 8-10 Minuten anbraten (Hautseite nach unten). Aus dem Bräter nehmen und beiseitelegen.

- 2 -

Zwiebel, Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Ingwer in den Bräter geben und kurz andünsten, bis die Zwiebeln glasig sind. Tomatenmark, Garam Masala, Kreuzkümmel, Kurkuma, Koriander und Cayennepfeffer hinzufügen und unter stetigem Rühren anschwitzen (ca. 4 Minuten).

- 3 -

Die Hähnchenstücke zusammen mit dem Geflügelfond, den passierten Tomaten und der Sahne in den Bräter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und kurz aufkochen. Die Hitze reduzieren und das Ganze bei halb geschlossenem Deckel ca. 1,5 Stunden köcheln lassen, bis die Flüssigkeit eine sämige Konsistenz hat.

- 4 -

Kartoffeln mit in den Bräter geben und mit halb geschlossenem Deckel weitere 30 Minuten köcheln lassen. Zwischenzeitlich umrühren, um zu verhindern, dass

Indisches Hähnchen-Curry

sich die Kartoffeln am Boden festsetzen. Wenn die Sauce zu dickflüssig wird, etwas Fond oder Brühe nachgießen.

- 5 -

Zum Servieren das Hähnchen-Curry auf tiefe Teller oder Schüsseln verteilen und mit je 2 EL Joghurt und 1 EL gehackter Petersilie garnieren. Dazu das Naan-Brot reichen.