

Chicken Curry auf indische Art im Dutch Oven

Im gut vorgeheizten Dutch Oven die gewürfelten Hähnchenbrüste mit etwas Öl leicht anbraten. Dann die gewürfelten Zwiebeln, Knoblauchzehen, Chilischoten und Paprikaschoten dazugeben und auch leicht anbraten.

Die Currygewürzmischung zubereiten. Koriander- Senf- und Kardamomsamen im Mörser zerkleinern und dazugeben. Alles in den Topf geben.

Nun die Ananasstücke mit Saft dazugeben, gut verrühren und mit Deckel ca. 30 Minuten köcheln lassen. Kurz vorm Servieren die Sahne unterrühren und mit Reis anrichten.

Je nach Vorliebe und Geschmack kann man natürlich die Zutaten variieren.

Arbeitszeit	ca. 20 Minuten
Koch-/Backzeit	ca. 30 Minuten
Gesamtzeit	ca. 50 Minuten
Schwierigkeitsgrad	einfach



Zutaten für 4 Portionen:

6	Hähnchenbrüste, gewürfelt
3	Paprikaschote(n), rot, gelb, grün, gewürfelt
2 m.-große	Zwiebel(n), gewürfelt
3	Knoblauchzehe(n)
2	Chilischote(n)
1 kl. Dose/n	Ananasstücke mit Saft
100 ml	Sahne
etwas	Olivenöl

Für die Gewürzmischung:

2 TL	Currypulver
1 TL	Salz
1 TL	Pfeffer
1 TL	Paprikapulver
1 TL	Cayennepfeffer
1 TL	Kurkumapulver
1 TL	Kreuzkümmelpulver
1 TL	Thymian, getrocknet
1 TL	Oregano
1 TL	Koriandersamen
1 TL	Senfsamen
1 TL	Kardamomsamen
200 g	Basmatireis

Rezept von: SteffiBartnitzek