

Indisches Butter Chicken



Zutaten für 2 Portionen:

- 300 g Hähnchenbrustfilet(s)
- 400 g Tomaten, stückige, aus der Dose
- 100 ml Sahne
- 200 ml Joghurt
- 250 ml Geflügelbrühe
- 30 g Butter
- 30 g Mandeln, gemahlene
- ½ TL Kurkumapulver
- ½ TL Kreuzkümmelpulver
- ½ TL Garam Masala
- ½ TL Bockshornklee, getrocknet
- ½ Limette(n)
- 1 Zwiebel(n)
- 2 Zehe/n Knoblauch
- 10 g Ingwer
- 4 Kaffir-Limettenblätter
- Koriander, frischer
- Meersalz und Pfeffer
- Chilischote(n), nur nach eigenem Belieben

Hühnerbrust mit kaltem Wasser abspülen, trockentupfen und säubern. In mundgerechte Stücke schneiden und in einer Schüssel mit Limettensa, Joghurt, Kurkuma, Kreuzkümmel, Garam Masala und Bockshornklee gut vermengen. Abdecken und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Korianderblätter abzapfen.

Nach der Marinierzeit die Butter in einer tiefen Pfanne erhitzen, bis sie zu schäumen beginnt. Zwiebeln darin glasig andünsten und darauf achten, dass die Butter nicht braun wird. Knoblauch und Ingwer zugeben und kurz mitbraten, bis die Zwiebeln eine leichte Farbe annehmen.

Das Hühnerfleisch mit der Marinade in die Pfanne geben und für ca. 3 - 5 Minuten anbraten. Dosentomaten sowie eine kräftige Prise Salz und frisch gemahlene Pfeffer hinzufügen. Mit etwas Wasser oder Geflügelbrühe auffüllen. Die Kaffirlimettenblätter dazugeben. Für ca. 25 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen.

Fünf Minuten vor Ende der Kochzeit die Sahne und die geriebenen Mandeln mit in die Pfanne geben und weiter köcheln lassen. Eventuell noch mal nachschmecken.

Das Butter Chicken auf einen Teller servieren. Mit dem frischen Koriander garnieren.

Anmerkung:

Das indische Butter Chicken ist ein bekanntes indisches Curry mit Hähnchen. Dabei wird das Fleisch 24 Std. in Joghurt eingelegt. In dieser Zeit wird das Fleisch durch die Milchsäure weich und macht das Hähnchen butterzart. Ob daher der Name kommt oder doch daher, dass das Fleisch in reichlich Butter anbraten wird, ist mir leider nicht bekannt. Das Curry ist auf einer Tomatenbasis angelegt und kann sowohl mild als auch sehr scharf gegessen werden.

Der Food Factory Tipp:

Ihr könnt gerne dazu Reis anbieten. Doch traditionell wird indisches Naan Brot dazu gegessen. Das könnt ihr entweder selbst backen oder auch kaufen. Das Naan Brot dient nicht nur als Beilage, sondern ersetzt auch das Besteck, da in Indien überwiegend mit den Händen gegessen wird.