



Hähnchen in Tomaten-Sahnesoße (Butter Chicken)

Zubereitungszeit: 65 Minuten

Zutaten:

1200 g Hähnchenbrustfilet
2 EL Ingwer-Paste
2 EL Knoblauch-Paste
300 g Joghurt
2 EL Öl
2 EL Zitronensaft
2 EL Chilipulver
2 TL gem. Kreuzkümmel
Salz

Zutaten für die Soße:

4 Zwiebeln
10 Zehen Knoblauch
2 Stück frischer Ingwer
2 EL Öl
2 EL Butter
6 Kapseln Kardamom
2 TL Kreuzkümmel
400 g Tomaten (aus der Dose)
28 Cashewkerne
2 grüne Chilischote
2 TL Chilipulver
Salz
2 TL Zucker
200 ml Sahne

Rezept für: 8 Personen

Zubereitung:

Fleisch:

- Hähnchenfleisch enthäuten und in mundgerechte Stücke schneiden.

- Aus Gewürzen, Öl und Joghurt eine Marinade herstellen.

- Das Fleisch darin einlegen und mindestens 2-3 Stunden kalt stellen - am besten über Nacht.

- Ofen auf 200 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

- Das marinierte Hähnchen in eine ofenfeste Form geben und circa 25 Minuten backen, anschließend beiseitestellen.

Soße:

- Ingwer, Knoblauch und Zwiebeln schälen und fein würfeln. Chilischote putzen und in Stücke schneiden.

- Öl und Butter in einem Topf erhitzen, Kardamom und Kreuzkümmel kurz darin anbraten, dann Ingwer und Knoblauch andünsten.

- Anschließend die Zwiebeln leicht braun anbraten.

- Tomaten, Cashewkerne, grüne Chili und alle Gewürze dazugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze circa 25 Minuten kochen.

- Wenn die Soße gut eingekocht ist, mit etwas Wasser pürieren, dann Zucker und Sahne hinzufügen, das gebackene Hähnchen dazugeben und alles zusammen weitere 15 Minuten köcheln.

Bemerkungen: Butter Chicken mit Reis oder indischem Naan-Brot servieren.