

Butter Chicken (Murgh Makhani)

Indien (für 4 Personen)

Zutaten:

- knapp 800g Hühnerfleisch (z.B. Brust)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- daumengrosses Stück Ingwer
- 600...800g gehackte Tomaten aus der Büchse
- 2x 30g Butter
- 150g Crème fraîche
- 150g Nature Joghurt
- eine Hand voll Cashew Kerne
- frischer Koriander
- Garam Masala Pulver
- Kurkuma
- Chiliflocken
- Kreuzkümmel
- gemahlener Koriander
- Salz
- eine Prise Zucker (oder etwas flüssiger Honig)
- ein Spritzer Zitronensaft

Vorbereitung:

- Die Marinade herstellen:
 - Joghurt
 - ein Spritzer Zitronensaft
 - 1 Knoblauchzehe und die Hälfte des Ingwers gepresst mit der Knoblauchpresse
 - 1 TL Garam Masala
 - 1 TL Kurkuma
 - 1 TL Kreuzkümmel
 - 1 TL Chiliflocken
 - Salz
- Das Hühnerfleisch in 2...3cm grosse Stücke schneiden und mit der Marinade gut vermischen. Lange im Kühlschrank marinieren. Je länger, desto besser. Auch gerne über Nacht.
- Zwiebel klein schneiden.
- Die andere Knoblauchzehe und Ingwer klein schneiden.

Zubereitung:

- Das marinierte Hühnerfleisch auf ein mit Backtrennpapier belegtes Blech verteilen. Im Ofen bei 180°C Umluft ca. 25 Minuten backen, bis das Fleisch leicht Farbe hat. Am Schluss auch gerne mit Obergrill.
- In einer Bratpfanne mit 30g Butter die Zwiebeln, Ingwer, Kreuzkümmel, gemahlene Koriander und Garam Masala ca. 8 Minuten sachte dünsten. Den Knoblauch erst gegen Ende zugeben, damit er nicht anbrennt.

- Die gehackten Tomaten, eine Prise Zucker (oder flüssigen Honig), die Cashew Kerne und etwas Chiliflocken – je nach Schärfewunsch - zugeben und ca. 15 Minuten köcheln, bis es leicht eingedickt ist. Mit wenig Salz abschmecken.
- Diese Sauce mit dem Stabmixer in einem hohen Gefäss feinpürieren.
- In der Bratpfanne 30g Butter schmelzen und die pürierte Sauce wieder zugeben und kurz aufkochen.
- Dann das Fleisch zugeben und noch kurz köcheln.
- Crème fraîche untermischen und köcheln, bis die Sauce leicht eingedickt ist oder ggf. noch etwas Wasser zufügen.
- In eine heisse Servierform geben und mit Koriander dekorieren.

Tipp:

- Als Beilage Basmatireis (z.B. ein paar Kardamom-Kapseln mitkochen) oder Naan Brot
- Die Butter Chicken Sauce soll hell-orange, feinpüriert und cremig sein.
- Das Fleisch kann auch in der Bratpfanne gebraten werden. Im Ofen wird es aber knackiger und würziger.

