



CHEFKOCH.DE



Indisches Butter Chicken aus dem Ofen

Die Hähnchenbrust in Stücke schneiden. Aus 1 TL Paprikapulver, 1 EL Limonen- bzw. Zitronensaft, 1 TL Salz, 1 Becher Joghurt, 1 TL Cayennepfeffer, 1 EL Garam Masala Pulver, 1 Stück Ingwer und 1 Knoblauchzehe eine Marinade herstellen. Das Fleisch mit der Marinade mischen.

Mindestens eine Stunde einziehen lassen. Besser ist es, das Fleisch bereits am Vortag zu marinieren und über Nacht in den Kühlschrank zu stellen.

Den Ofen auf 200 °C vorheizen dann das Fleisch in einer Auflaufform für 25 Minuten garen.

Die Zwiebel klein hacken und in 2 EL Butter glasig anschwitzen. Die passierten Tomaten, den Zimt, 1 TL Salz, 2 TL Cayennepfeffer, 1 Stück Ingwer und 1 Knoblauchzehe hinzugeben. Alles 20 Minuten mit Deckel und bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Nun die restlichen 2 EL Butter, den Honig und die Sahne hinzufügen, weitere 3 Minuten köcheln. Das Fleisch aus der Marinade nehmen, in die Soße geben, kurz umrühren und 2 Minuten mitköcheln lassen.

Dazu passt Reis oder Naan.

Wer gerne Koriandergrün mag, der kann ganz am Ende noch ein paar frisch gehackte Blätter hinzufügen.

Arbeitszeit: ca. 30 Min.

Koch-/Backzeit: ca. 30 Min.

Ruhezeit: ca. 1 Std.

Schwierigkeitsgrad: normal

Zutaten für 4 Portionen:

2 TL	Paprikapulver
2 EL	Limonensaft oder Zitronensaft
4 TL	Salz
2 Becher	Joghurt (150 g)
4 Stück(e)	Ingwer, jeweils daumengroß
4 Zehe/n	Knoblauch
6 TL	Cayennepfeffer
2 EL	Garam masala
1000 g	Hähnchenbrust
1000 g	Tomate(n), passiert
8 EL	Butter
2 TL	Zimt
2 EL	Honig
300 ml	Sahne
2	Zwiebel(n)

Verfasser: VanessaV

Kalorien p. P.: keine Angabe