SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Chicken Tikka Masala | Tikka Masala

Zubereitungszeit: 1 h 10 min

Kochzeit: 30 min

Gesamtzeit: 2 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 3 Personen

Zutaten & Gewürze:

500 g Hühnerfleisch

300 g Joghurt

1 Stück(e) Limette für Limettensaft

3 Esslöffel Tikka Masala

1 Teelöffel Salz

1 Esslöffel Ingwer gerieben

2 Stück(e) Knoblauchzehen

2 Teelöffel Pflanzenöl

3 Stück(e) Zwiebeln

2 Teelöffel Butter

2 Esslöffel Tomatenmark

500 g Passierte Tomaten

Optional Reis oder Kartoffeln

Etwas Koriander

Zubereitung

1. Das Hühnerfleisch säubern und in mundgerechte Stücke schneiden.

2. Joghurt, Limettensaft, Tikka Masala und Salz mit geriebenem Ingwer vermengen und die Knoblauchzehen dazu pressen. Anschließend das Hühnerfleisch für mindestens 1 Stunde (idealerweise über Nacht im Kühlschrank) darin marinieren.

3. Nach dem Marinieren das Huhn aus der Marinade nehmen, abtupfen und die Marinade zur Seite stellen.

4. Das Hühnerfleisch in einer tiefen Pfanne mit etwas Öl rundum scharf anbraten. Hierbei darauf achten nicht alles auf einmal anzubraten, da das Fleisch sonst im Saft gart und keine Röstaromen entstehen.

5. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, die Pfanne mit etwas Wasser ablöschen und den Sud mit dem Fleisch zur Seite stellen.

6. Die Zwiebeln in etwas Öl und Butter anschwitzen, bis sie süß und glasig sind.

7. Das Tomatenmark und die passierten Tomaten hinzugeben und alles etwas köcheln lassen.

8. Anschließend das Fleisch und den Sud hinzugeben, weiter köcheln lassen und nach 3-4 Minuten die aufbewahrte Marinade einrühren. Alles etwas ziehen lassen und mit Reis oder Kartoffeln servieren.

9. Unser Tipp: Garniere Chicken Tikka Masala mit etwas Koriander!