

# Hähnchen-Curry mit würzigem Basmati und Minzjoghurt

**Für zwei Personen**

**Für das Curry:**

2 Hähnchenbrust à 150 g	4 kleine Hähnchenoberkeulen	$\frac{1}{2}$ Dosen Tomaten, gehackt
$\frac{1}{2}$ Dose Kokosmilch	1 große Zwiebel	20 g Ingwer
2 Knoblauchzehen	1 Chilischote	1 EL Kreuzkümmel
1 EL Kurkuma	1 Stück Zimtrinde	2 schwarze Kardamomkapseln
1 EL Garam Masala	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	2 EL Ghee
Salz	Pfeffer	

**Für den Reis:**

1 Tasse (ca.120 g) Basmati	50 g Tiefkühlerbsen	1 große Zwiebel
1 Stück Zimtrinde	1 EL Kreuzkümmel	1 Lorbeerblatt
4 Nelken	2 kl. grüne Kardamomkapseln	1 TL Garam Masala
1 EL Ghee	Salz	

**Für den Minzjoghurt:**

250 g griech. Joghurt	1 Bund Minze	1 Zitrone
1 TL hellen Honig	Salz	Pfeffer

**Für das Curry:**

Zwiebeln und Knoblauch abziehen, Zwiebeln in feine Streifen schneiden, Knoblauch fein hacken. Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, der Länge nach aufschneiden und entkernen, anschließend ebenfalls fein hacken. In einem Bräter das Ghee erhitzen und Zwiebeln, Ingwer, Chilischote und Knoblauch anschwitzen, bis die Zwiebeln leicht gebräunt sind. Kreuzkümmel, Kurkuma, Zimtrinde und Kardamomkapseln in einem Mörser mahlen, in den Bräter geben und kurz mit schmoren lassen. Mit Dosentomaten angießen und weiter schmoren lassen. Fleisch waschen und putzen, die Brust in grobe Würfel schneiden, die Keule im Ganzen lassen und zu dem Tomatensud in den Bräter geben. Wenn nötig, mit Wasser ablöschen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Kokosmilch dazu geben und weitere 10 Minuten köcheln lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Garam Masala und Koriander unter das Curry rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Reis:**

Die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Das Ghee in einem hohen Topf erhitzen und Zwiebel dazu geben und gut bräunen lassen. Zimtrinde, Kreuzkümmel, Lorbeer, Nelken Kardamomkapseln und Garam Masala hinzugeben und kurz anbräunen. Eine Tasse Reis waschen und zu den Gewürzen geben, gut umrühren. Mit  $1\frac{1}{2}$  Tassen (derselben Größe) gesalzenem Wasser aufgießen, Erbsen dazu geben und alles einmal aufkochen lassen. Um den Deckel ein feuchtes Küchentuch schlagen und fest auf den Topf setzen. Den Herd ausschalten und den Topf mit geschlossenem Deckel auf der heißen Platte 20 Minuten stehen lassen.

**Für den Minzjoghurt:**

Die Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Zitrone aufschneiden und den Saft der halben Zitrone heraus pressen. Den griechischen Joghurt mit der Minze, dem Zitronensaft und dem Honig mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Joghurt in einem kleinen Glas abfüllen.

Das Hähnchen Curry mit gewürztem Basmati und Minzjoghurt auf Tellern anrichten und servieren.

Ilona Chaudhry am 31. Mai 2018