

Indisches Butter-Chicken, Gewürzreis, Limetten-Joghurt

Für zwei Personen

Für das Hähnchen:

400 g Hähnchenbrustfilet	2 Knoblauchzehen	10 g Ingwer
2 Limetten, Saft	1,5 EL griech. Joghurt	2 EL Sonnenblumenöl
1 TL Garam Masala	$\frac{1}{4}$ TL Kurkumapulver	$\frac{1}{2}$ TL Paprikapulver
Salz	Pfeffer	

Für das Curry:

400 g gehackte Tomaten, Dose	1 weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe
10 g Ingwer	4 EL Butter	150 g Schlagrahm
1 EL Sonnenblumenöl	30 g Cashewnüsse	1 TL Garam Masala
1 TL Bockshornkleebblätter	$\frac{1}{2}$ TL Paprikapulver	$\frac{1}{4}$ TL gemahl. Kurkuma
$\frac{1}{4}$ TL Chilliflocken	$\frac{1}{4}$ TL Korianderpulver	$\frac{1}{4}$ TL gemahl. Kreuzkümmel
$\frac{1}{4}$ TL Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Gewürzreis:

140 g Basmatireis	$\frac{1}{2}$ Zimtstange	1 grüne Kardamomkapsel
1 Sternanis	2 Nelken	1 Lorbeerblatt
$\frac{1}{2}$ TL Salz		

Für den Joghurt:

$\frac{1}{2}$ Limette, Frucht, Saft	100 ml Naturjoghurt	1 TL Agavendicksaft
3 Zweige Koriander		

Für das Hähnchen:

Den Ingwer schälen und reiben, Knoblauch abziehen und pressen.

Ingwer, Knoblauch, 1 EL Limettensaft, Joghurt und Gewürze in einer Schüssel verrühren. Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden und unterheben. Schüssel abdecken und kurz ziehen lassen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch kräftig anbraten, dann herausnehmen.

Für das Curry:

Zwiebel abziehen und hacken. Knoblauch abziehen und reiben. Ingwer schälen und reiben. Zwiebeln in der Pfanne anbraten. Die Hälfte der Butter zugeben und schmelzen lassen. Knoblauch, Ingwer, Gewürze und Cashewnüsse zugeben und kurz für 30-40 Sekunden mitbraten. Mit den gehackten Tomaten ablöschen. Einmal alles aufkochen lassen, dann Hitze runterschalten. Mit geschlossenem Deckel für circa 5 Minuten köcheln lassen.

Die Pfanne mit der Sauce vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Die abgekühlte Sauce in einen Mixer geben und cremig mixen. Zurück in die Pfanne geben, Schlagrahm dazugeben und nochmals aufkochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls nötig mit etwas Wasser verdünnen, dann aber nochmals köcheln lassen.

Hähnchen und restliche Butter zugeben und alles nochmal für circa 3 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Für den Gewürzreis:

Reis mit 280 ml Wasser zum Kochen bringen und alle Gewürze zugeben.

Sobald der Reis kocht, die Hitze auf eine geringe Stufe reduzieren.

Wichtig: Den Deckel nicht mehr öffnen und umrühren, da sonst die Stärke des Reises austritt und der Reis dadurch klebrig wird.

Für den Joghurt:

Joghurt und Limettensaft miteinander verrühren, optional einen kleinen Spritzer Agavendicksaft zugeben. Dann in eine Spritzflasche umfüllen und beim Anrichten kreisförmig über das Curry spritzen. Koriander hacken und darüber streuen. Limettenscheibe auf das Curry legen.

Stephanie Schmidt am 01. September 2025