

Indisches Huhn in Mandelsauce

Zutaten für: 4 Personen

1	kg	Hähnchenbrustfilet
500	g	Zwiebeln
2	Stück	Tomaten (350g)
400	ml	Geflügelfond
2	Stück	Knoblauchzehen
1	Stück	Ingwer (4cm / 25g)
2	Stück	Nelken
1	Stück	Zimtstange (5cm)
6	Stück	Kardamomkapseln
2	TL	Kreuzkümmelsamen
2	TL	Koriandersamen
1	TL	Kurkuma
1	Stück	Birdseye Chili getrocknet
100	g	geschälte, gemahlene Mandeln
1	EL	Butterschmalz
3	EL	Sonnenblumenöl
3	TL	Zucker
3	TL	grobes Meersalz



Zubereitungszeit ca.: 60 Minuten

Zubereitung:

Zu Beginn stellen wir unsere Gewürzmischung her. Dafür die Kardamomkapseln andrücken, öffnen und die schwarzen Samen in eine beschichtete Pfanne geben. Ebenfalls geben wir die Nelken, Kreuzkümmelsamen, Koriandersamen und die Chili in die Pfanne. Die Zimtstange zerbrechen wir etwas und auch sie wandert in die Pfanne. Nun erhitzen wir die Pfanne auf größerer Hitze so lange, bis die Gewürze anfangen leicht zu rauchen. Dann geben die Gewürze sofort in einen Mörser, fügt noch zwei Teelöffel grobes Meersalz hinzu und zerstoßt alles zu einem feinen Pulver. Die Pfanne nicht abspülen, die brauchen wir später noch einmal.

Entfernt vom Huhn eventuell vorhandene Fettreste, Knorpel oder Sehnen und schneidet es in ca. 1 cm breite Streifen. Das Fleisch geben wir in eine Schüssel und fügen zwei Esslöffel Sonnenblumenöl und zwei Teelöffel von der Gewürzmischung hinzu, dann alles gleichmäßig vermischen.

Knoblauch und Ingwer schälen, grob zerkleinern und in einen Mixbecher geben. Die Tomaten waschen, vierteln, vom Stielansatz und den Kernen befreien. Anschließend grob zerkleinern und ebenfalls in den Mixbecher zusammen mit einem Teelöffel Meersalz und ca. 100 ml Geflügelfond geben. Jetzt alles sehr fein mixen und beiseite stellen.

Die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Einen Topf bei großer Hitze auf das Kochfeld stellen, sobald dieser heiß ist, das Butterschmalz hineingeben und die Zwiebeln darin schön braun anbraten. Haben die Zwiebeln eine schöne Farbe bekommen, den Zucker, Kurkuma und die restliche Gewürzmischung hinzufügen und kurz mit anbraten. Anschließend mit den gemixten Tomaten und dem restlichen Fond ablöschen und auf kleiner Hitze mit geschlossenem Deckel 5 Minuten köcheln lassen. Danach die gemahlene Mandeln in den Topf geben, gut umrühren und weitere 10 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Die Pfanne, in der wir die Gewürze angebraten haben, stellen wir bei großer Hitze auf das Kochfeld, wenn diese heiß ist, das restliche Sonnenblumenöl hineingeben und darin das marinierte Huhn scharf von allen Seiten anbraten.

Anschließend das Fleisch in den Topf geben und weitere 10 Minuten mit geschlossenem Deckel ganz leicht köcheln lassen. Vor dem Servieren, lasse ich das Gericht gerne noch 10 Minuten auf den abgeschalteten Herd durchziehen. Meiner Meinung nach intensiviert das noch einmal den Geschmack.

Noch einmal abschmecken und zusammen mit Basmatireis und Naan-Brot servieren.

Total lecker!