

Chicken tikka masala, Reis, Mandeln, Zitronen-Dip

Für zwei Personen

Für das Chicken tikka masala:

2 Hähnchenbrustfilets à 200 g	200 g Basmatireis	400 g Cherrytomaten
400 ml passierte Tomaten	1 rote Paprika	2 Zwiebeln
5 Zehen Knoblauch	1 Limette	100 g Butter
400 ml Kokosmilch	50 g Ingwer	2 Bund Koriander
Zucker, Erdnussöl	Salz, Pfeffer	

Für die Currypaste:

2 EL Tomatenmark	2 EL gemahlene Mandeln	1 EL getrocknete Kokosraspel
2 Schoten rote Chili	2 TL Garam Masala	1 TL Cayennepfeffer
1 EL edelsüßes Paprikapulver	1 TL Kreuzkümmelsamen	1 TL Koriandersamen
2 EL Erdnussöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für den Dip:

1 Zitrone	200 ml Naturjoghurt
-----------	---------------------

Für die Garnitur:

20 g Mandelblättchen	2 Schoten rote Chili	2 Stängel Koriander
----------------------	----------------------	---------------------

Einen Topf mit Wasser und einer Prise Salz erhitzen und den Reis darin bissfest kochen. Für das Chicken tikka masala die Zwiebeln und die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Den Ingwer schälen, die Korianderblätter abzupfen und beides ebenfalls klein hacken. Die Zwiebeln, den Knoblauch, den Ingwer und den Koriander in einer Pfanne mit der Butter anbraten. Anschließend die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen, klein schneiden und ebenfalls in der Pfanne anbraten. Für die Currypaste den Kreuzkümmel und die Koriandersamen in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Chilischoten entkernen, den Strunk entfernen und kleinschneiden. Anschließend die gemahlene Mandeln, die Kokosraspeln, das Garam Masala, die Chilis, den Cayennepfeffer, das Paprikapulver, das Salz, das Tomatenmark und das Erdnussöl in einen Mörser geben und solange mörsern, bis eine glatte Masse entstanden ist. Die Paste in die Pfanne zu dem Hähnchen geben, bis das ganze Fleisch damit überzogen ist. Dann die Paprika in mundgerechte Stücke schneiden und in die Pfanne zum Hähnchen dazugeben. Parallel dazu die Cherrytomaten grob hacken, in einer zweiten Pfanne mit Erdnussöl erhitzen, andünsten lassen und ebenfalls zu dem Hähnchen geben. Anschließend die passierten Tomaten und die Kokosmilch hineingeben, gut umrühren und köcheln lassen. Den Saft einer halben Limette auspressen und das Hähnchen mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Dip die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Den Abrieb und den Saft mit dem Joghurt vermengen. Für die Garnitur die Chilischoten entkernen und fein schneiden. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett anrösten und einige Blätter des Korianders abzupfen. Den Reis mit Hilfe eines Servierings auf die Teller geben und das Chicken tikka masala daneben anrichten. Das Gericht mit den Chilischoten, dem Koriander und den Mandelblättchen garnieren. Anschließend mit dem Zitronen-Joghurt-Dip servieren.

Christoph Ludwig am 01. Dezember 2014