

Chicken-Curry mit Chapati und Koriander-Minz-Joghurt

Für zwei Personen

Für das Chicken-Curry:

350 g Hähnchenbrust	6 Schalotten	4 Knoblauchzehen
250 g Tomaten	100 ml passierte Tomaten	3 cm Ingwer
1 grüne Chili	1 rote Chili	1 Zitrone
2 EL Butter	150 g Sahnejoghurt	2 EL Tomatenmark
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	2 EL Bockshornkleebblätter	3 TL Garam Masala
2 TL Kurkuma	1 TL rotes Chilipulver	2 TL Stärke
Öl	1 TL Salz	1 TL Schwarzer Pfeffer

Für die Chapati:

220 g Weizenmehl	1 TL Backpulver	1 EL neutrales Öl
$\frac{1}{2}$ TL Salz		

Für den Koriander-Minz-Joghurt:

250 g Sahnejoghurt	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
1 Zitrone	Salz	Pfeffer

Für das Chicken-Curry:

Die Schalotten abziehen, grob würfeln und etwa 2 cm breit schneiden.

100 ml Wasser kurz aufkochen und die Zwiebeln darin bei kleiner Hitze köcheln lassen. Sobald die Schalotten weich sind und das Wasser verkocht ist, die Schalotten mit einem Pürierstab pürieren. Die entstandene cremige Zwiebelpaste zur Seite stellen und später ins Curry geben.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer gründlich unter heißem Wasser abwaschen, abtrocknen und fein hacken. Die Hähnchenbrust waschen, abtrocknen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Knoblauch und Ingwer in Öl mit Butter andünsten. Hähnchen und Tomatenmark hinzugeben, kurz mitdünsten und mit dem Knoblauch und Ingwer vermengen. Die hergestellte Zwiebelpaste dazugeben. Die passierten Tomaten hinzufügen und alles aufkochen.

Joghurt mit Stärke mischen, damit er nicht flockt. Garam Masala, Chilipulver, Kurkuma, Salz und Pfeffer mit dem Joghurt und Bockshornkleebblättern ins Curry dazugeben.

Tomaten und Chilis entkernen und fein hacken, beides dazugeben. Das Curry danach noch 3 bis 5 Minuten leise köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und ausgepresstem Zitronensaft abschmecken.

Koriander abrausen, trockenwedeln, hacken und über das Gericht streuen.

Für die Chapati:

Aus Weizenmehl, Backpulver, Salz, Öl und 120 ml Wasser mithilfe einer Küchenmaschine einen geschmeidigen Teig herstellen. Den Teig danach in 4 Portionen aufteilen und zu Bällchen formen. Teigkugeln mit einem Nudelholz nicht zu dünn ausrollen. Danach die Fladen in einer heißen Pfanne ohne Fett von beiden Seiten braten. Bis zum Servieren in Alufolie einwickeln, damit sie warm bleiben.

Für den Koriander-Minz-Joghurt:

Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen.

Zitronensaft auspressen und mit Joghurt und Kräutern in einen hohen Becher geben. Mit dem Pürierstab mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sabine Zink am 05. Januar 2022