

Butter-Chicken mit Naan

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Hähnchen-Oberkeulen	1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer
2 EL griech. Joghurt	$\frac{1}{2}$ TL Garam Masala	1 TL edelsüßes Paprika
1 TL Koriander	1 Prise Zimt	Chiliflocken, Salz

Für die Sauce:

400 g geschälte Tomaten, Dose	1 Zwiebel	2-3 cm Ingwer
250 ml Sahne	3 EL Butter	1 EL Honig
1 Zimtstange	4 Kardamomkapseln	4 Nelken
1 TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL Garam Masala	1 TL Bockshornkleeblätter
Chiliflocken	Salz	

Für das Naan:

100 g griech. Joghurt	125 g Dinkelmehl, 630	1 TL Backpulver
Mehl	1 EL Olivenöl	Salz

Für das Fleisch:

Den Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und beides fein reiben. Joghurt mit Ingwer, Knoblauch, Garam Masala, Paprika, Koriander und Zimt verrühren. Mit Chiliflocken und Salz abschmecken. Fleisch in grobe Würfel schneiden und in Joghurt marinieren.

In einer Grillpfanne kurz von allen Seiten scharf anbraten und dann in der Sauce weiterziehen lassen.

Für die Sauce:

In einem Topf bei mittlerer Hitze 2 EL Butter schmelzen und Zimt, Kardamom, Nelken, Paprika und Garam Masala rösten, bis sich das Aroma entfaltet. Zwiebeln abziehen und fein hacken, Ingwer schälen und reiben. Beides mit in den Topf geben und Chiliflocken nach Geschmack dazu geben und mitdünsten bis Zwiebeln glasig werden. Leicht salzen.

Tomaten mit der Hand zerdrücken und 200 ml Wasser dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hähnchen dazugeben und 10-15 Minuten kochen lassen.

Sahne, Honig und Bockshornklee dazugeben und kurz aufkochen. Mit Chiliflocken und restlicher Butter abschmecken.

Für das Naan:

Mehl mit Backpulver, Joghurt, Olivenöl und etwas Salz zu einem Teig vermengen und kneten bis ein homogener Teig entstanden ist. Fünf gleichgroße Teiglinge abstecken und in Kugeln formen. Abgedeckt für 10 Minuten ruhen lassen. Arbeitsfläche bemehlen, Teiglinge plattdrücken und 3 mm dick ausrollen. Mit Olivenöl bestreichen und in heißer, gusseiserner Pfanne 1-2 Minuten auf jeder Seite backen.

Kristina Rechenbach am 17. Juni 2024