

Hähnchen-Schenkel afrikanisch

Für 2 Portionen:

2 Hähnchenschenkel	2 Knoblauchzehen	1 mittelgroße Zwiebel
1 Paprikaschote	1 TL getrockneten Thymian	1 TL Paprikapulver
1 TL Currypulver	1 TL geriebenen Ingwer	$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer
2 EL Tomatenmark	1 TL Salz	1 TL Zucker
150 g gefrorenes Gemüse	500 ml heißes Wasser	

Als erstes die Hähnchenschenkel mit Kuchentüchern abtupfen. Dann die Trommelstöcke von den Oberschenkeln trennen. Dann Zwiebeln und Knoblauch schälen und in kleine Würfelchen schneiden. Danach Paprika waschen und in Stückchen schneiden.

Anschließend das Fleisch mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer einreiben.

Als nächstes Öl in einen etwas größeren Topf erhitzen und die Hähnchenschenkel für 5 Minuten anbraten. Nun das Fleisch aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.

Zwiebeln, Knoblauch und Paprika in den gleichen Topf geben und für 3 Minuten anschwitzen. Dann den geriebenen Ingwer hinzufügen und für 2 weitere Minuten anbraten.

Dann Paprikapulver, Currypulver, Thymian und Zucker dazugeben und alles gut rühren.

Tomatenmark dazugeben, gefolgt vom gefrorenen Gemüse. Nun das gebräunte Hähnchen zurück in die Pfanne bzw. in den Topf zurückgeben und alles gut vermischen. Anschließend heißes Wasser einrühren.

Den Topf zum Kochen bringen und die Hitze reduzieren. Zudecken und für 25 Minuten köcheln lassen. Immer wieder rühren.

10 Minuten vor dem Ende der Kochzeit ohne Deckel köcheln lassen, bis die Soße schön einreduziert und somit dickflüssig ist. Danach die Soße abschmecken und falls nötig mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

NN am 27. November 2024