

Gut für 4 Portionen


GOURMET
KIDS



Dein Rezept

› Chicken Tikka Masala ‹

www.gourmet-kids.at

> Chicken Tikka Masala <

Das brauchst du dazu:

- 2 Stk. Hühnerbrust
- 1 Zwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- ½ TL Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Becher Joghurt
- 200 ml Gemüsefond
- 400 ml Kokosnussmilch
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Garam Masala
- 2 EL Mehl, glatt
- Salz, Pfeffer
- Öl

So einfach geht's:

1.

Schneide die Hühnerbrust in daumengroße Stücke, den Zwiebel in kleine Würfel und hacke Ingwer und Knoblauch klein.

2.

Erhitze das Öl im Topf und schwitze die Zwiebel darin an. Gib die Hühnerbrust dazu und röste alles an, bis das Fleisch eine schöne Farbe hat.

3.

Gib Knoblauch, Ingwer und Tomatenmark hinzu und röste sie kurz mit. Lösche alles mit Gemüsefond ab und gib die Gewürze in den Topf.

4.

Lasse das Huhn so lange köcheln, bis es durchgegart ist. Gieße anschließend mit Kokosmilch auf.

5.

Vermische etwas Joghurt mit Mehl und rühre es in das Masala. So lange, bis es deine gewünschte Konsistenz erreicht hat

6.

Schmecke zum Schluss nochmals ab und kombiniere es mit Reis.

„Besonders gut schmeckt das Masala mit einem Klecks Joghurt und frischer Minze.“

