WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Indisches Butter Chicken

Zutaten (für 4 Personen):

600 g Hähnchenbrustfilet
150 g griechischer Joghurt
1 Ingwer
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
1 EL Garam Masala Gewürzmischung
Salz und Pfeffer
6 EL Butter
1 Zwiebel
500 g passierte Tomaten
1 TL Paprika rosenscharf
1 TL Zimt
200 g Reis
1 EL Honig
150 ml Sahne
Petersilie



Nährwerte:

Pro Portion ca. 654 kcal, 27 g Fett, 54 g Kohlenhydrate, 46 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 35 Minuten (ohne Marinier-Zeit)

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Indisches Butter Chicken

Zubereitung:

1. Für das Butter Chicken als erstes Joghurt, geriebenen Ingwer, gehackten Knoblauch, Zitronensaft, Garam Masala Gewürz sowie eine Prise Salz und Pfeffer verrühren.



2. Die Hähnchenfilets würfeln und mindestens 1 Stunde darin marinieren.



3. Dann die marinierten Hähnchenfiletwürfel in 2 EL Butter…

Indisches Butter Chicken



4. …circa 5 Minuten anbraten.



5. Als nächstes die Zwiebel schälen, fein würfeln und in 2 EL Butter glasig anschwitzen.



Indisches Butter Chicken

6. Mit passierten Tomaten, Paprikagewürz, Zimt und etwas Salz und Pfeffer circa 15 Minuten köcheln lassen. Nebenbei den Reis garen.



7. Jetzt die restliche Butter, den Honig und die Sahne in die Sauce rühren.



8. Schließlich die Hähnchenfiletwürfel dazugeben, alles 3 Minuten köcheln lassen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Indisches Butter Chicken

9. Butter Chicken mit Reis und gehackter Petersilie anrichten und genießen.





Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D"s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**