

# Butter-Chicken

Einfach und richtig gut: Mit diesem Rezept bringst du ganz leicht Würze in deinen Tag. Das zarte Hühnchen in fruchtiger Tomaten-Sahne-Sauce wird von Kichererbsen und Gurken-Zucchini-Raita begleitet. Hierbei handelt es sich nicht bloß um ein Gericht, sondern um eine wahre Genussstour!

Prep Time: 45 Minuten

Serves: 2 Portionen

Rezept herunterladen

## Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer (1-2 cm)
- 1 EL Butter
- 1 TL Garam Masala
- 1/4 TL rosenscharfes Paprikapulver
- 300 g passierte Tomaten
- 200 g Sahne
- 2 EL Honig
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 300 g Biohähnchenbrustfilet ohne Haut
- 1 EL Sultaninen
- 250 g Kichererbsen aus dem Glas
- 1-3 Stängel Koriander
- glatte Petersilie (nach Belieben)
- 150 g Salatgurke
- Meersalz
- 120 g junge Zucchini
- 150 g griech. Naturjoghurt, (10 % Fett)
- 2 EL gutes Olivenöl (20 ml)

- 1/2 TL abgeriebene Biozitronenschale
  - 1 EL Zitronensaft (10 ml)
  - 10 Minzblätter
- 

## Zubereitung

### Schritt 1

Zwiebel schälen und fein würfeln. Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben.

### Schritt 2

Butter in einer Pfanne aufschäumen, Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin farblos anschwitzen.

### Schritt 3

Garam Masala und Paprikapulver darüberstreuen. Tomaten und Sahne einrühren. Honig hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten köcheln lassen.

### Schritt 4

In der Zwischenzeit das Hähnchenfleisch quer zur Faser in 2-3 cm dicke Streifen schneiden.

### Schritt 5

Die Sauce aus der Pfanne in einen Mixbecher füllen, mit dem Stabmixer fein pürieren und zurück in die Pfanne gießen. Die Hähnchenstreifen in die Sauce legen und die Sultaninen darüber verteilen. Kichererbsen in ein Sieb abgießen, nach Belieben abbrausen und ebenfalls in die Pfanne geben. Einmal sanft aufkochen und abgedeckt bei niedriger Hitze 15-20 Minuten gar ziehen lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Schritt 6

In der Zwischenzeit für die Raita die Gurke waschen, längs halbieren, entkernen und ungeschält fein würfeln. Mit 5 g Meersalz vermengen und 5 Minuten ziehen lassen.

### Schritt 7

Währenddessen die Zucchini waschen und in sehr kleine Würfel schneiden. Joghurt mit Öl,

Zitronenschale und -saft verrühren. Minze in feine Streifen schneiden und mit den Zucchiniwürfeln unterheben. Gurkenwürfel gut ausdrücken und ebenfalls zugeben. Mit Salz abschmecken.

## Schritt 8

Nach Belieben Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Das Butter-Chicken auf zwei Schalen verteilen, mit Koriander garnieren und mit Raita servieren.

## Ran an den Herd!

Hier findest du alles, was du für ein erfolgreiches Butter Chicken brauchst



**HENSSLERS SCHNELLE  
NUMMER** Edelstahl-Wok  
Ø 28cm Wabenstruktur

**€ 74,99**



**KOCHBLUME®** Löffel-Set  
Küchenhelfer aus Silikon 4  
Stück

**€ 44,99**



**ZWILLING®** Messerblock-  
Set 5tlg. inkl. 3 Messer &  
Schneidebrett  
selbstschärfend

**€ 119,99**



**ESGE** Zaubersta  
Zubehör 160W. 1  
Herstellergaranti

**€ 159,99**