

www.claro-rorschach.ch

* diese Artikel finden sie in unserem Laden

Kaju murgh kari Hühnercurry mit Cajounüssen für ca. 6 Personen

1 Huhn, ca. 1 $\frac{3}{4}$ kg schwer
2 EL Öl *
2 grosse Zwiebeln fein gehackt
3 Knoblauchzehen fein gehackt
1 $\frac{1}{2}$ TL frischen Ingwer fein gerieben
3 EL Currypulver *
1 TL Chilipulver nach Belieben *
3 TL Salz *
3 reife Tomaten geschält und klein geschnitten
2 EL gehacktes Koriandergrün oder Minze
2 TL Garam Masala
125 ml Jogurt
120g rohe Cajounüsse * fein gemahlen

Huhn in Portionenstücke zerlegen. Für ein Curry sollten die Stücke nicht zu gross sein. Je kleiner die Stücke, desto besser können die Gewürze durchziehen.

In einem grossen Topf das Öl heiss werden lassen und unter gelegentlichem rühren Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer weich und goldgelb braten. Um ein gutes Curry zu erhalten ist es wichtig, in diesem Stadium langsam bei niedriger Temperatur zu garen.

Curry- und Chilipulver zugeben, 1 min rühren, dann Salz, Tomaten und die gehackten Kräuter. Alles zu einem Püree verkochen, dabei rühren.

Die Hühnerteile zugeben, gut umrühren damit sie von allen Seiten mit der Gewürzmischung überzogen werden. Die Pfanne fest verschliessen und das Huhn bei sehr schwacher Hitze ca. 45 min garen. Alle 15 min umrühren und dabei über den Pfannenboden schaben, damit die Gewürze sich nicht festsetzen.

Garam Masala und Jogurt einrühren und 5 min offen ziehen lassen. Zuletzt die Cajounüsse zugeben und heiss werden lassen.

Vor dem Servieren mit gehacktem Koriander oder Minze bestreuen.

dazu nach Bedarf:

Trauben-Raita

250 ml Jogurt
1 EL Honig *
1 Prise Muskatnuss *
200g Trauben halbiert und entkernt
4 EL Cajounüsse gehackt *

Raitas gibt es mit Früchten, Nüssen, Gemüse und Gewürzen. Sie dienen dazu die Schärfe der Currygerichte zu kühlen.

Jogurt mit Honig und Muskatnuss glatt rühren. Trauben und Cajounüsse untermischen. Kühl zu Curry servieren.