Chicken-Curry

Kategorie: Geflügel

Zutaten:

- 1 ganzes Hähnchen (am leckersten frisch, kann aber auch gefroren sein, ist preiswerter) Bei nur zwei Personen, genügen zwei Keulen.
- 1/2 Dose pürrierte Tomaten
- 2 Zwiebeln
- 2-3 Knoblauchzehen
- 1-2 Teelöffel Currypuder (je nach gewünschter Schärfe)
- 1 Teelöffel Turmeric (Gelbwurzpulver)
- 1 Teelöffel Coriander Körner
- 1 Lorbeerblatt oder besser 2 Curryleaves (Blätter)
- 1 Stückchen Zimtstange
- 1/2 - 1 Becher Creme fraiche

Zubreitung:

Man teilt das rohe Hähnchen in Stücke, mit den Knochen. Die mitgekochten Knochen tragen zum Geschmack bei. In heißem Fett (Öl oder Palmin) werden die Hähnchenteile von allen Seiten braun angebraten, beiseite legen. In selbiger Pfanne, mit etwas Fett, wird nun der Currysud bereitet. Dazu, gehackte Zwiebeln und Knoblauch in die Pfanne, die Gewürze, wie angegeben, dazu. Leicht anbraten damit sich das Aroma entfalten kann. Ablöschen mit den Tomaten und Creme fraiche, evtl. 1 Tasse heißes Wasser dazu, wenn eine größere Menge erforderlich ist. 1 Eßlöffel "klare Suppe", etwas Salz, ein paar Spritzer Natreen flüssig oder 1/2 Teelöffel Zucker, oder ein bißchen Ananassaft aus der Dose, zum abschmecken. Diese flüssige Sauce wird nun in einen Topf gegeben, Hähnchenteile hineingelegt, Curryblätter und Zimtstückchen dazu gegeben, in ca. 60 min. auf kleiner Hitze köcheln lassen.