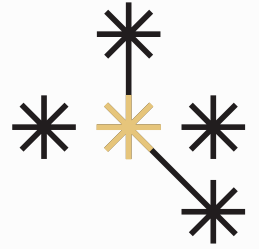


CAPE MALAY CHICKEN



Rezept für 8 Personen

ES IST EIN GUTES BEISPIEL DAFÜR, WIE EIN KLASSISCHES MALAYSISCHES CURRY MIT ZUSÄTZLICHEN FRÜCHTEN ODER KONFITÜREN VERWANDELT WERDEN KANN. DIE SÜDAFRIKANISCHEN KÜCHE IST BELIEBT FÜR IHRE SÜSS-SAURE GESCHMACKSRICHTUNGEN.

1 kg gemischtes Hähnchenfilet mit Haut
250 g weiße Zwiebel
2 Esslöffel Olivenöl
60 g frischer Ingwer
3 Knoblauchzehen zerdrückt
2 EL gemahlener Kreuzkümmel, Koriander, Kurkuma
4 Nelken
4 Kardamom
2 Esslöffel Chili
2 Zimt-Stangen
½ EL brauner Zucker
Hühnerbrühe
250 g Tomaten aus der Dose zerkleinert



1. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze Olivenöl und in Scheiben geschnittene Zwiebeln braten, bis sie etwas goldbraun werden. Salz und braunen Zucker hinzufügen, umrühren, den geriebenen frischen Ingwer begeben. Wenn es duftet, die Hühnchen-Stücke ohne Knochen hinzufügen.
2. Sobald das Hähnchen etwas Farbe hat, Knoblauch hinzufügen und eine Minute lang kochen lassen, bevor die Gewürze dazugegeben werden.
3. Die Gewürze durchrühren, bis das Aroma hervortritt, anschließende die Hühnerbrühe dazugeben.
4. 40 Minuten kochen lassen, die frisch gehackten Tomaten und das Tomatenmark aus der Dose unterrühren und nochmals 30 Minuten kochen lassen.

Servieren und genießen!