

BUTTERHÜHNCHEN IN HERZHAFTER TOMATENSOSSE



Zutaten (4 Personen)

- 200 g Möhren
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 500 g Kartoffeln
- 2 EL Butter
- 50 g Tomatenmark
- 2 TL rote Currypaste
- 500 ml Kokosmilch
- Salz, Pfeffer
- Chiliflocken nach Schärfebedarf
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 1 TL Kurkuma
- 1 kleiner Bund Lauchzwiebeln
- Handvoll Koriander oder glatte Petersilie
- 300 g Griechischer Joghurt

Zubereitung

Möhren waschen, schälen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Fleisch in kleine Stücke schneiden und in heißer Butter anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Möhren dazugeben und 2-3 Minuten mit andünsten. Tomatenmark, Curry und Kartoffeln hinzugeben und kurz mitbraten. Kokosmilch hinzugeben und kurz aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Kurkuma würzen. Zusätzlich Chiliflocken je nach gewünschter Schärfe hinzufügen. Zugedeckt ca. 20 Minuten bei niedriger Temperatur köcheln. Lauchzwiebeln waschen. In feine Ringe schneiden und ca. 2/3 davon zum Hähnchen geben. Koriander/ Petersilie klein schneiden und das Butterhähnchen mit dem Joghurt und den Kräutern anrichten. Dazu passen Nudeln oder Reis.