

Rezept

CHICKEN BIRYANI

Ein Rezept von CHICKEN BIRYANI, am 17.07.2024

Zutaten

500 g Hähnchenbrustfilet (ohne Haut)	1 Stück Ingwer (ca. 4 cm)
1 große Knoblauchzehe	3 EL Joghurt
½ TL Kurkumapulver	½ TL Chilipulver
½ TL Kardamompulver	Salz
250 g Basmatireis	1 Dose Safranfäden (0,1 g)
1 kleines Bund Koriander	2 grüne Chilischoten
2 kleine Zwiebeln	4 EL Ghee oder Butterschmalz
2 Tomaten	1 TL Garam Masala

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

Zubereitung

1. Das Hähnchenfleisch kalt abbrausen, trocken tupfen und in ca. 3 cm große Würfel schneiden.

2. Ingwer und Knoblauch schälen. Den Ingwer auf der Küchen- oder Ingwerreibe fein reiben, den Knoblauch fein hacken und beides verrühren. Die Mischung mit dem Joghurt und den restlichen Gewürzen sowie Salz in eine Schüssel geben. Das Fleisch hinzufügen, alles gut mischen und zugedeckt mindestens 2 Std. im Kühlschrank marinieren.

3. Den Reis nach Packungsangabe in Salzwasser weich garen, dabei die Safranfäden dazugeben.

4. Den Koriander waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein zerpflücken. Die Chilischoten putzen, dabei nach Belieben die scharfen Kerne entfernen, waschen und fein hacken. 1 Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einer großen Pfanne 2 EL Ghee erhitzen und die Chilis mit der Zwiebel darin ca. 5 Min. anbraten.

5. Das Fleisch mit der Marinade unter die Chili-Zwiebel-Mischung rühren und offen einige Min. garen. Die Tomaten waschen, halbieren und die Stielansätze entfernen. Die Hälften in kleine Stücke schneiden und ca. 10 Min. mitköcheln lassen, bis das Fleisch weich ist. Mit Garam Masala würzen.

6. Die restliche Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Das restliche Ghee in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin in ca. 8 Min. knusprig braten.

7. Den Reis mit dem Koriander und den Röstzwiebeln mischen und salzen. Den Reis auf Teller verteilen und das Fleisch mit der Sauce darauf anrichten.