Hühnchen-Madras
Murgh Madras

Murgh Madras ist ein traditionelles indisches Gericht, das aus Hähnchen, Tomaten und einer Vielzahl von Gewürzen besteht. Es ist bekannt für seinen würzigen und aromatischen Geschmack. Die Hauptgewürze sind Kurkuma, Currypulver, Chilipulver und Koriander, die dem Gericht eine tiefe, komplexe Schärfe verleihen.Das Gericht hat eine reichhaltige Tomatenbasis, die durch die Zugabe von Tomatenmark und frischen Tomaten entsteht. Oft wird es mit frischem Koriander garniert, was eine frische Note hinzufügt. Manche Varianten enthalten auch Kokosmilch, die die Schärfe etwas mildert und eine cremige Textur hinzufügt.Insgesamt ist Murgh Madras ein herzhaftes Gericht, das perfekt zu Reis oder Naan-Brot passt.

Herkunft: Indien
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 45 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
600 g Hähnchenbrustfilets
200 g Tomate(n)
50 ml Wasser heiß
6 EL Öl
5 Zwiebel(n)
2 cm Ingwer
3 Zehen(n) Knoblauch
2 TL Tomatenmark
2 TL Madras Chilipulver
1 ½ TL Kurkuma gemahlen
2 Zitrone(n) ausgepresst
400 ml Wasser
2 TL Garam Masala


Hühnchen-Madras

Vorbereitung
Das Hühnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in 20 - 24 Stücke schneiden. Die Zwiebeln, den Knoblauch und den Ingwer schälen und fein hacken. Die Tomaten und heißes Wasser in einen Topf geben, zugedeckt auf niedriger Hitze weich kochen. Die Tomaten abkühlen, in einen Mixer geben, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Tomatensauce beiseite stellen, Kerne und Schalen wegwerfen.

Zubereitung
In einem großen schweren Topf das Öl erhitzen, Zwiebeln und Hühnchenstücke zufügen, unter Rühren anbraten, bis die Zwiebeln goldbraun sind. Den Ingwer, Knoblauch und Tomatenmark hinein geben, umrühren und zugedeckt auf niedriger Hitze ca. 3 Minuten kochen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Zuletzt die Gewürze, den Zitronensaft, und die Tomatensauce und das Wasser zugeben, umrühren und zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren, umrühren und zugedeckt noch ca. 15 bis 20 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist. Mit Garam Masala

© 2026 coquina.de

bestreut servieren.

© 2026 coquina.de