Huhn in Mandelsauce
Murg Man Pasand

Huhn in Mandelsauce, oder Murg Man Pasand, ist ein mildes und cremiges indisches Gericht. Der Geschmack ist reichhaltig und aromatisch, geprägt von einer Mischung aus gemahlenen Mandeln und einer Vielzahl von Gewürzen wie Kardamom, Zimt, Nelken und Kreuzkümmel.
Die Mandelsauce verleiht dem Gericht eine samtige Textur und eine nussige Note, die perfekt mit dem zarten Hühnerfleisch harmoniert. Die Gewürze sorgen für eine tiefe, komplexe Aromenvielfalt, die typisch für die indische Küche ist.
Dieses Gericht ist ideal für alle, die die subtilen und dennoch intensiven Aromen der indischen Küche genießen möchten. Es wird oft mit Basmatireis oder Naan-Brot serviert, um die köstliche Sauce aufzunehmen.

Herkunft: Indien
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Hähnchenbrustfilets
6 Zwiebel(n)
6 Zehen(n) Knoblauch
4 cm Ingwer
3 Tomate(n)
3 EL Butterschmalz
4 Gewürznelke(n)
4 Stange(n) Zimt
6 Kardamom, grün
1 ½ TL Kreuzkümmel gemahlen
½ TL Koriander gemahlen
1 TL Kurkuma gemahlen
¼ TL Madras Chilipulver
1 Prise Salz
3 EL Mandeln gemahlen
2 Zweig(e) Koriander
1 EL Mandeln gestiftelt


Huhn in Mandelsauce


Huhn in Mandelsauce

Vorbereitung

Die Hühnerbrustfilets abspülen, trocken tupfen und in etwa 2 ½ cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein

© 2026 coquina.de

hacken, den Ingwer ebenfalls schälen und mit der Gemüsereibe fein reiben. Die Tomaten waschen, vierteln und vom Stielansatz befreien.

Zubereitung

Ghee in einer Pfanne oder im Topf erhitzen. Die Zwiebeln hinein geben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren etwa 10 Minuten gleichmäßig braun anbraten. Den Knoblauch und Ingwer dazugeben und alles weitere 2 Minuten rösten. Nun die Nelken, Zimtrinde und Kardamom dazugeben und etwa 2 Minuten mitbraten. Die Hühnchenwürfel hinzufügen und unter ständigem Rühren etwa 5 Minuten braten. Kreuzkümmel, Korianderpulver, Kurkuma, Chilipulver und reichlich Salz unterrühren. Die Tomaten, gemahlene Mandeln und 250 ml heißes Wasser nach und nach dazugeben, umrühren und alles zum Kochen bringen. Bei schwacher Hitze noch etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch gut durchgegart und weich ist. Zwischendurch immer wieder umrühren. Zuletzt den Koriander waschen trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Das Gericht unmittelbar vor dem Servieren mit den Korianderblättern und Mandelstiften garnieren. Dazu passt Basmatireis, Naan oder Chapati.

© 2026 coquina.de