

REZEPTE, DIE BLEIBEN.

BUTTER CHICKEN

Tomate · Cashew · Pfannenbrot

Signature Recipe
Ben Henger

FOOD.
PEOPLE.
GOOD TIMES.



DIE BASIS

Tomate · Cashew · Pfannenbrot

Für 2 Personen · mit 6 kleinen Fladen

01 | BROTTTEIG

250 g Mehl, 1 TL Trockenhefe, ½ TL Salz und ¼ TL Zucker mischen. 100 g Joghurt und nach Bedarf ca. 60–100 ml lauwarmes Wasser einkneten. Abgedeckt 1–2 Stunden gehen lassen.

02 | HUHN MARINIEREN

300 g ausgelöste Hähnchenkeule würfeln. Mit 5 TL Joghurt, 1 TL Zitronensaft, je 1 TL Ingwer- und Knoblauchpaste sowie je ½ TL Pfeffer, Kreuzkümmel und Chili mischen. Salzen und 15 Minuten gekühlt ziehen lassen.

03 | SAUCE

500 g Tomaten, 100 g rote Zwiebel, 75 g Cashews, 5 TL Butter, je 1 TL Ingwer- und Knoblauchpaste, 2 TL Kashmiri-Chili, ½ TL Garam Masala und zunächst 1 TL Zucker mit 100 ml Wasser ca. 20 Minuten weich kochen. Fein mixen.

04 | FLEISCH & FINISH

Huhn in 1 EL Öl kräftig anbraten, in der Sauce fertig garen: im Kern mindestens 70 °C für 2 Minuten. 3 TL Sahne und ½ Bund Koriander einrühren. Mit Salz und bei Bedarf weiterem Zucker abschmecken.

05 | FLADEN & SERVIEREN

Teig in 6 Fladen teilen, ausrollen und in heißer Pfanne je Seite ca. 1–2 Minuten backen. 30 g Butter mit 1 gehackten Knoblauchzehe sanft erwärmen, Fladen bestreichen. Mit dem übrigen ½ Bund Koriander servieren.



“

Eine Sauce, die am Huhn haftet. Warmes Brot dazu.

ALLES BEREIT.

Einkauf · Zubehör · Alternativen

Für 2 Personen · mit 6 kleinen Fladen

01 EINKAUF

- ☐ **300 g Hähnchenkeule, ausgelöst**
Alternative: Hähnchenbrust; Gargrad sorgfältig kontrollieren.
- ☐ **500 g Tomaten · 100 g rote Zwiebel**
Alternative: Dosentomaten; gelbe Zwiebel.
- ☐ **75 g Cashews · 3 TL Sahne**
Alternative: Sonnenblumenkerne; Sahneersatz verändert Aroma.
- ☐ **5 TL + 30 g Butter · 1 EL Öl**
Alternative: Ghee; neutrales Rapsöl.
- ☐ **125 g Naturjoghurt · 1 TL Zitronensaft**
Alternative: laktosefreie Varianten; Limettensaft.
- ☐ **Je 2 TL Ingwer- und Knoblauchpaste + 1 Zehe**
Alternative: frisch fein geriebener Ingwer und Knoblauch.
- ☐ **2 TL Kashmiri-Chili + ½ TL Chili · ½ TL Garam Masala**
Alternative: mildes Paprikapulver + wenig Cayenne; Schärfe anpassen.
- ☐ **½ TL Pfeffer · ½ TL Kreuzkümmel · Salz · Zucker**
Alternative: Zucker nach Tomatensüße, bis ca. 4 TL + ¼ TL für den Teig.
- ☐ **250 g Mehl · 1 TL Trockenhefe · 1 Bund Koriander**
Alternative: ca. 3 g Hefe; Petersilie statt Koriander.

02 ZUBEHÖR

PFANNE + TOPF

Alternative: Bräter; ausreichend Fläche zum Rösten.

MESSER + BRETT

Alternative: Küchenmesser und rutschfestes Brett.

WAAGE + SCHÜSSEL

Alternative: Messbecher für Flüssigkeiten.

STABMIXER + THERMOMETER

Alternative: Standmixer;
Einstichthermometer für das Huhn.

VOR DEM START

Teig zuerst ansetzen. Rohes Huhn getrennt vorbereiten. Das Brot braucht Gehzeit. Gewürze nach Schärfegrad dosieren.

Mengenangaben sind Richtwerte. Produktqualität, Größe und Wassergehalt der Zutaten sowie Kochgeschirr, Hitze und Garzeit können den Bedarf verändern. Konsistenz prüfen und nach Geschmack abschmecken.

Rezept: Ben Henger · Food-Abbildung: KI-generiert · Alternativen redaktionell ergänzt.