

Hühner-Pistazien-Curry (indisch)

Wer einmal etwas "echt indisches" und dazu noch ganz "besonderes" kochen möchte, dem kann ich dieses würzige Curry nur ans Herz legen. Obwohl ich immer mal wieder indisch essen gehe, habe ich ein Hühnercurry mit Pistazien noch auf keiner Speisekarte entdeckt - sonst hätte ich es mir sicher sofort bestellt. Mithilfe dieses Rezepts lässt es sich ganz einfach selbst herstellen, vorausgesetzt, man hat die benötigten Gewürze und die erforderliche Vorbereitungszeit. Es eignet sich insofern auch sehr gut für Gäste, als dass es sich gut vorbereiten lässt. Man kann es dann kurz vor dem Servieren in der Microwelle aufwärmen, ohne dass es hierbei an Geschmack einbüßt.



Zutaten für 4 Personen

100g geschälte und gehäutete Pistazienkerne (da ich die hierzulande noch nie gesehen habe, nehme ich die überall erhältlichen gerösteten und gesalzenen Pistazien, entferne erst die holzigen Schalen, wiege dann 100g ohne Schalen ab - das sind ungefähr 250g Pistazien mit Schalen) und koche die Pistazien ungefähr 10 Minuten lang in etwa 1/2 Liter Wasser. Ich gieße sie dann in ein Sieb ab, spüle sie mit kaltem Wasser und lasse sie etwas abkühlen. Dann reibe ich die weiche Haut mit den Fingern ab. Zugegeben, das ist eine etwas friemelige Sache, geht aber eigentlich ganz einfach, und die Mühe lohnt sich wirklich!)

- 8 grüne Chilischoten
- 100 ml Schlagsahne
- 2 Zwiebeln
- 1 Stück Ingwer (in etwa daumengroß)
- 8 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- 600g Hähnchenbrustfilet
- neutrales Speiseöl
- 1 Tl frisch gemahlener weißer Pfeffer

1 Tl Fenchelsamen
1 Tl Garam Masala (indische Gewürzmischung)
1/2 Tl Kurkuma
4 Lorbeerblätter
500 ml Hühnerbrühe (aus Instantpulver oder Brühwürfel)
200g Schmand
Salz
1 Bund Koriandergrün, gehackt
1 Tl gemahlener Kardamom

Zubereitung

4 der Chilischoten waschen und vom Stiel befreien, dann mitsamt den Kernen grob zerkleinern.

Die Chilischoten zusammen mit den Pistazien und der Sahne in einen Mixer geben und damit zu einer dickflüssigen Sauce / Paste verarbeiten. (Ich benutze hierfür einen speziellen Aufsatz für meine Küchenmaschine, den "Universalzerkleinerer" - alternativ kann man aber sicherlich auch mit einem Pürierstab das gewünschte Ergebnis erzielen, die Sauce sollte aber auf jeden Fall sehr homogen werden).

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Den Ingwer schälen und so fein wie möglich zerhacken.

Die Tomate in kleine Stückchen zerteilen.

Die Knoblauchzehen schälen und durch die Knoblauchpresse drücken.

Die restlichen 4 Chilischoten längst halbieren, Kerne und Innenhäutchen entfernen und in sehr feine Ringe schneiden.

Die Hähnchenbrustfilets unter fließend kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen, von Sehnen und Häutchen befreien und grob zerteilen (je nach Größe der Filets, genügt es, sie zu halbieren).

Öl in einer beschichteten Pfanne mit hohem Rand erhitzen, die Filets darin von beiden Seiten so lange anbraten, bis keine rosigen Stellen mehr zu sehen sind. Das angebratene Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Etwas Öl nachfüllen, wiederum erhitzen und darin die Zwiebeln goldgelb andünsten.

Ingwer, Knoblauch, Pfeffer, Fenchelsamen, Garam Masala, Kurkuma und Lorbeerblätter hinzugeben und etwa drei Minuten lang mitbraten lassen. Dann die Pistazien-Chili-Sahnesauce hinzufügen und alles weitere drei Minuten lang mitköcheln lassen.

Dann die Hühnerbrühe angießen, alles kurz aufkochen lassen, das Fleisch, den Schmand, die restlichen Chilischoten und die Tomatenstückchen hinzugeben und in etwa 15 Minuten gar köcheln lassen, mit Salz abschmecken.

Vor dem Servieren mit Koriandergrün und gemahlenem Kardamom bestreuen.

Dazu gehört unbedingt Reis.

Anmerkung: So, wie hier beschrieben, ist das Gericht relativ scharf - wie viele indische Gerichte. Will man die Schärfe reduzieren, so empfiehlt es sich, auch die Chilischoten, die im Mixer püriert werden, zunächst aufzuscheiden und Kerne und Häutchen zu entfernen, das nimmt dann schon einiges von der Schärfe. Mag man es noch milder, sollten vielleicht nur 2 x 3 Chilischoten (entkernt und enthäutet) verwendet werden. Diejenigen, für die es gar nicht scharf genug sein kann, können indessen getrost sämtliche Schoten mitsamt Kernen und Innenhäutchen verwenden.

Quelle: <http://www.anagoria.de/rezepte/rez0080.html>