

# Chicken Tikka Masala

Zutaten für 10 Personen : 875 g Hühner- oder Hahnenbrust, 625 g Naturjoghurt, 15 Dattel- oder Kirschtomaten, 5 Zwiebeln, ca 7 Knoblauchzehen, 300 g Tomatenmark/ Toamtenwürfel , 300 g Obers, 250 ml Wasser, 2.5 EL Ingwer frisch gerieben, 7.5 TL Garam Masala, 5 TL Paprika edelsüß, ca. 1 TL Pfeffer, 1 TL Salz, 1 TL gemahlener Koriander, 5 EL Öl

Die Hälfte des Joghurts, sowie des Garam Masala, Paprika edelsüß, Pfeffer, Salz und Koriander miteinander zu einer Marinade vermischen.

Hühnerbrust in mundgerechte Stücke schneiden, in die Marinade legen, gut verrühren und alles für knapp eine Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. Es schadet aber auch nicht, wenn ihr dies bereits morgens vorbereitet und Abends das Essen macht.

Backofen auf 230°C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Das Fleisch auf dem Backblech verteilen und das Ganze für knapp 10 Minuten in den Ofen schieben, bis es eine schöne, leicht braune Farbe bekommt. Dann beiseite stellen

Die Tomaten vierteln oder sechsteln, die Zwiebeln schälen und würfeln, Knoblauch schälen und den Ingwer reiben.

Zwiebeln für knapp 1-2 Minuten in einer großen Pfanne im Pflanzenöl glasig andünsten, danach den Ingwer dazu geben, 1 TL Garam Masala dazu und den Knoblauch hineinpresse. Alles auf mittlerer Hitze für 5-7 Minuten unter rühren goldbraun anbraten.

Tomatenmark hinein, Tomaten und Wasser dazu geben und alles gut verrühren und 5 Minuten köcheln lassen.

Fleisch und Obers dazu geben, weitere 5 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen. Am Ende vor dem Servieren den restlichen Joghurt dazu geben.