BUTTER CHICKEN MIT REIS

Sumi`s Kitchen

(Murgh Makhani)



3-4 Personen

30 Minuten

Zutaten

- 500 g Hähnchenbrust/geschnetzeltes
- 1 TL Ingwer-Knoblauch-Paste
- 1 TL Kashmiri Chilipulver
- 1 TL Garam Masala / Butter chicken masala
- ½ TL Kurkuma
- 1 EL Zitronensaft
- Salz nach Geschmack
- Butter zum Anbraten

Für die Soße:

- 500 g grob geschnittene Tomaten
- 400 g grob geschnittene Zwiebeln
- 1 TL Ingwer-Knoblauch-Paste* (optional)
- 50 g Cashewkerne
- 1 TL Kasoori Methi (getr.Bockshornkleeblätter)
- ½ TL Garam Masala oder Butter chicken masala
- 1 EL Zucker
- 1 TL Kashmiri-Chilipulver
- 1 EL Butter
- 3 EL Sahne
- Salz nach Geschmack u. Frischer Koriander*

Zubereitung (kurz):

1. **Marinieren:** Hähnchen mit gegebene Zutaten mischen und 10-20 min. ziehen lassen
2. **Anbraten:** Hähnchen in Butter anbraten, herausnehmen.
3. **Sauce:** Zwiebel, Knoblauch, Ingwer in derselben Pfanne anbraten. Tomaten und Cashew dazugeben und , köcheln bis alles weich ist. Die Sauce mit einem Mixer oder Pürierstab fein pürieren, um eine cremige Konsistenz zu erhalten.

Fertigstellen:

- Das angebratene Hähnchen in die Sauce geben und 5 Minuten mitkochen.
- Sahne unterrühren und kurz erwärmen (nicht kochen lassen!).
-Zum Schluss Kasoori Methi zwischen den Handflächen zerreiben und über das Gericht streuen.

Servieren: Mit Basmati Reis oder Naan & frischem Koriander.

Guten Appetit! 😋

INDISCHER INGWERTEE

Sumi`s Kitchen

(Adrak Chai)



3 Personen 15 Minuten

Zutaten

- Wasser – 1½ Tassen
- Milch – 1 ½ Tassen
- Frischer Ingwer – ca. 2–4 cm (gerieben oder zerdrückt)
- Schwarzer Tee – 3 Teelöffel (z. B. Assam- oder Darjeeling-Tee)
- Zucker – 3 Teelöffel (nach Geschmack)

Zubereitung (kurz):

1. Wasser mit Teeblättern 1-2 Minuten kochen.
2. Milch und Zucker dazugeben, aufkochen lassen.
3. geriebenem Ingwer dazugeben und kurz ziehen lassen
4. Durch ein Sieb in Tassen gießen und heiß servieren.

Servieren: Mit Pakora oder Keksen.

Hau rein – und schlürf den Tee in Ruhe! 😋

ONION PAKORA

Sumi`s Kitchen

(Indische Zwiebel-Pakora)



3-4 Personen 30 Minuten

Zutaten

- 2-3 mittelgroße Zwiebeln, dünn geschnitten
- 1 Tasse Kichererbsenmehl (Besan)
- 2 EL Reismehl (optional – macht die Pakoras extra knusprig)
- 1–2 grüne Chilis, fein gehackt (optional)
- ½ TL Kurkuma
- ½–1 TL Chilipulver
- ½ TL Ajwain (Königskümmel) oder Kreuzkümmel
- Salz nach Geschmack
- Etwas Wasser (nur wenige Esslöffel)
- Öl zum Frittieren

Zubereitung (kurz):

1. Zwiebeln salzen und 5 Min. ziehen lassen.
2. Kichererbsenmehl, Reismehl, Gewürze, Chili, zugeben.
3. Dicken Teig mischen, nur bei Bedarf 1–2 EL Wasser.
4. Öl erhitzen.
5. Teig in kleinen Portionen frittieren, bis goldbraun.
6. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und heiß servieren.

Servieren: Abtropfen & servieren mit Chutney oder Ketchup.

Gemüse im Teig? Ja, bitte. Diät morgen. 😋

BASMATI-REIS KOCHEN

Sumi`s Kitchen

(Grundrezept)



3 Personen 15 Minuten

Zutaten

- 2½ Tassen Basmati-Reis
- 5 Tassen Wasser
- ½ TL Salz (optional)



Zubereitung (kurz):

1. Reis in einem Sieb unter kaltem Wasser waschen, bis das Wasser klar ist.
2. Reis mit Wasser und Salz in einen Topf geben und aufkochen.
3. Sobald es kocht, Hitze auf niedrig stellen, Deckel drauf.
4. 10–12 Minuten sanft köcheln lassen, bis das Wasser aufgesogen ist.
5. Vom Herd nehmen und 5 Minuten ruhen lassen, dann mit einer Gabel auflockern.

Reis ist nice. Basmati ist Boss.. 😋

NACHSPEISE - GREISS HALWA

Sumi`s Kitchen

(Sooji ka Halwa)



3-4 Personen 20 Minuten

Zutaten

- 1 Tasse Grieß (Sooji)
- 4 EL Ghee oder Butter (oder Öl für vegan)
- ½ Tassen Zucker (nach Geschmack anpassen)
- 3 Tassen Wasser
- 4–5 grüne Kardamomkapseln (zerdrückt) oder ½ TL gemahlener Kardamom
- Optional: 10 Rosinen, 10 Cashewnüsse

Zubereitung

1. Ghee in einem Topf erhitzen. Cashews und Rosinen darin kurz anrösten und ggf. herausnehmen.
2. Grieß hinzufügen und bei mittlerer Hitze goldbraun rösten (ca. 8–10 Minuten, gut rühren).
3. Wasser und Zucker vorsichtig dazugießen. Achtung: Kann stark spritzen!
4. Rühren, bis das Halwa dick wird und sich vom Topfrand löst (ca. 5 Minuten).
5. Kardamom und Nüsse untermischen, ggf. kurz abgedeckt ruhen lassen..

Halwa – Wärme, die auf der Zunge tanzt. 😋

ZUTATEN & PRODUKTE

Sumi`s Kitchen

(Einkaufshilfe)



🍛 Zutaten & Produkte

1. Gramflour (Kichererbsenmehl)
2. Kurkuma.
3. Kasoori Methi (getr.Bockshornkleeblätter)
4. Kasmiri Chilli Powder (Kashmiri-Chilipulver)
5. Tea (Schwarzer Tee)

😋