

# Indisches Chicken-Curry



**Diese Woche haben wir mit «Alu Tikka» zum ersten Mal ein indisches Gericht für euch in petto - und was für eines: Die Mischung aus Poulet, Kartoffeln, Kokosmilch und exotischen Gewürzen sorgt für ein unvergessliches Geschmackserlebnis!**

Jahrelang brauchte ich ordentlich Überredungskünste, wenn ich Freunde in indische Restaurants locken wollte. Diese Zeiten sind zum Glück vorbei, denn die indische Küche mit ihrer unglaublichen Vielfalt an Gewürzen und Geschmäckern liegt momentan im Trend und somit machen sich immer mehr Menschen mit ihr vertraut. «Alu Tikka» ist das, was ich ein Einsteiger-Rezept nenne, denn es beinhaltet zwar viele exotische Geschmackskomponenten, die Kokosmilch macht das Gericht aber schön mild und somit schmeckt es auch vielen kritischen Zeitgenossen. Das Cookinesi-Filmteam ist jeweils ein gutes Testobjekt: Essen Zeno und Nicole, was ich gekocht habe, voller Freude (die beiden sind nicht das, was man als Alles-Esser bezeichnen könnte ...), wird der Grossteil der Blog-Leser das Gericht ebenfalls mögen. Die beiden haben Alu Tikka geliebt - in diesem Sinne kann auch bei euch nicht mehr viel schiefgehen.

Hier seht ihr alle Zutaten, die benötigt werden. Das Video zeigt die Zubereitung. Die Gewürze findet ihr im indischen Supermarkt.

- 1 EL Senfsamen
- 1 TL Kurkuma
- 2-3 ganze Kardamom-Samen
- 1,5 TL geraffelter Ingwer
- 3 Esslöffel frische oder getrocknete Curryblätter
- 1 Nelke
- 1 TL Korianderpulver oder ca. 2-3 EL frische Korianderblätter
- 1 TL Kreuzkümmel-Pulver
- 1 Zimtstange oder ½ TL Zimtpulver
- 1 TL Garam Masala
- 1 Tomate, in Würfel geschnitten
- 800 ml Kokosmilch
- 600 g Pouletgeschnetzeltes (oder Pouletbrüste selber in etwas grössere Stücke geschnitten, Geschnetzeltes ist fast

etwas zu fein ...)

- 2 kleine bis mittelgrosse rote Zwiebeln
- 1-2 Chilischoten
- 4 Kartoffeln (wichtig: festkochend!)
- Salz
- 2 Tassen Basmatireis