

Butter Chicken mit Naan.

Naan ohne Hefe.

2 Portionen · 30 Min. Arbeit · 60 Min. gesamt · Pfanne, Topf

NÄHRWERTE JE PORTION

642 kcal

KALORIEN

51 g

PROTEIN

75 g

KOHLENHYDRATE

14 g

FETT

Zutaten. *Für 2 Portionen, roh gewogen.*

HÄHNCHEN IN TOMATE

300 g Hähnchenbrust
100 g Joghurt, 1,5 % Fett
400 g passierte Tomaten
100 g Cremefine 7 %
10 g Butter, **80 g** Zwiebel

NAAN

150 g Mehl Type 405
150 g Joghurt, 1,5 % Fett
1 TL Backpulver
Garam Masala, Knoblauch, Ingwer, Salz

Zubereitung. *In fünf Schritten.*

- 1** Hähnchen würfeln, mit Joghurt und der Hälfte der Gewürze **30 Minuten** marinieren.
- 2** Mehl, Joghurt, Backpulver und Salz zu einem Teig kneten, ruhen lassen.
- 3** Zwiebel in Butter anschwitzen, Gewürze kurz mitrösten, Tomaten dazu, **10 Minuten** köcheln.
- 4** Hähnchen anbraten, in die Soße geben, Cremefine einrühren.
- 5** Teig in 4 Stücke teilen, dünn ausrollen, in der trockenen Pfanne je Seite 1 bis 2 Minuten backen.

Tipp: Die Marinade darf auch über Nacht ziehen.