

Zutaten

- 4 Hühnerkeulen, halbiert
- 3 gr. Gemüsezwiebeln, in Ringe geschnitten
- 3 Fleischtomaten
- 1 Aubergine
- 1 kl. Dose Kichererbsen
- 1 Knolle Knoblauch, fein gehackt
- 500 ml Kalbsfond
- 1 kl. Bund Dill
- 1 kl. Bund Petersilie, fein geschnitten
- 500 g griechischen Joghurt 10 %
- Öl zum Braten
- Salz, Pfeffer
- 10 Kardamomkapseln
- 1 EL Koriandersaat
- 1 EL Kreuzkümmel
- 5 Lorbeerblätter
- 1 Zimtstange
- 1 Lorbeerblatt
- 1 gr. Karotte, in Streifen geschnitten
- 300 g Basmatireis

Hauptgang

Orientalisches Huhn mit Gewürz-Reis

Geschmorte Hühnerkeulen mit Koriander, Kardamom und Kreuzkümmel. Eine Reise in die afghanische Küche.

So wird’s gemacht:

1. Keulen mit etwas Öl in einem Bräter goldbraun braten, herausnehmen.
2. Zwiebeln im Bräter im entstandenen Fett lange und braun schmoren. Im letzten Moment den Knoblauch mit den Zwiebeln andünsten.
3. Aubergine in dünne Scheiben schneiden, auf ein Backblech geben und salzen. Im Backofen bei 210 °C Umluft braun rösten.
4. Tomaten ohne Strunk in dicke Scheiben schneiden.
5. Kichererbsen abgießen und abspülen.
6. Dill und etwas Knoblauch zum Joghurt geben, verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen, zur Seite stellen.
7. Koriander und Kreuzkümmel mörsern, Huhn damit einreiben und salzen.
8. Nun werden alle Zutaten geschichtet, abgeschlossen wird mit Zwiebeln. Kalbsfond angießen, zugedeckt im Backofen bei 180 °C Umluft ca. 45 Minuten schmoren.
9. Reis zwei Mal waschen, dann in viel Salzwasser mit Zimtstange

und Lorbeer kochen.

10. Karotte und etwas Petersilie unter den fertigen Reis heben. Zum Gericht wird der Joghurt gereicht.