



# Indisches Hühnchen-Kathi-Roll-Rezept

Ein Chicken Kathi Roll ist ein beliebtes indisches Streetfood, das aus mariniertem und gegrilltem Hähnchen, eingewickelt in ein weiches Fladenbrot (Paratha), sowie verschiedenen Belägen und Saucen besteht.

## Ingredients:

### Für die Hähnchenmarinade:

- 500 Gramm Hähnchen ohne Knochen (in kleine Streifen oder Würfel geschnitten)
- 2 Esslöffel Joghurt
- 1 Esslöffel Ingwer-Knoblauch-Paste
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 1 Teelöffel rotes Chilipulver
- 1/2 Teelöffel Kurkumapulver
- 1 Teelöffel Garam Masala
- 1 Esslöffel Pflanzenöl
- Salz nach Geschmack

### Für die Toppings und Saucen:

- In dünne Scheiben geschnittene Zwiebeln
- In dünne Scheiben geschnittene Tomaten
- Geriebener Salat oder Kohl
- Gehackte Gurke
- Gehackte Korianderblätter
- Grünes Chutney (Minz-Koriander-Chutney)
- Tamarinden-Chutney oder Süß-Sauer-Sauce
- Chaat Masala (optional, für zusätzlichen Geschmack)

### Für das Paratha (Fladenbrot):

- Im Laden gekaufte oder selbstgemachte Parathas (Sie können auch Chapatis oder Tortillas verwenden)

## Cooking Instructions:

### Hähnchen marinieren:

- In einer Schüssel Joghurt, Ingwer-Knoblauch-Paste, Zitronensaft, rotes Chilipulver, Kurkumapulver, Garam Masala, Pflanzenöl und Salz zu einer glatten Marinade vermischen.
- Die Hähnchenteile in die Marinade geben und gut damit bestreichen. Decken Sie die Schüssel ab und lassen Sie es mindestens 30 Minuten bis 1 Stunde (oder sogar länger für intensivere Aromen) im Kühlschrank marinieren.

### Kochen Sie das Huhn:

- Erhitzen Sie eine Grillpfanne oder eine normale beschichtete Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze.
- Sobald die Pfanne heiß ist, fügen Sie die marinierten Hähnchenstücke hinzu und kochen Sie sie, bis sie zart und durchgegart sind und an den Rändern eine leicht verkohlte Textur entsteht. Gelegentlich umrühren, um ein gleichmäßiges Garen zu gewährleisten. Dies dauert normalerweise etwa 8-10 Minuten.
- Nehmen Sie das gekochte Hähnchen aus der Pfanne und stellen Sie es beiseite.

### Bereiten Sie die Parathas vor:

- Wenn Sie im Laden gekaufte Parathas verwenden, befolgen Sie zum Kochen die Anweisungen auf der Packung.
- Wenn Sie selbstgemachte Parathas verwenden, rollen Sie den Teig zu dünnen Kreisen aus und backen Sie diese auf einer heißen Tawa (Grillplatte), bis beide Seiten goldbraun sind. Für zusätzlichen Geschmack können Sie beim Kochen etwas Öl oder Ghee auf die Paratha streichen.

### Stellen Sie die Kathi-Rollen zusammen:

- Nehmen Sie eine Paratha und legen Sie eine Portion des gekochten Hähnchens leicht zur Seite darauf.
- Geben Sie einige geschnittene Zwiebeln, Tomaten, geriebenen Salat oder Kohl, gehackte Gurken und Korianderblätter über das Huhn.
- Grünes Chutney und Tamarinden-Chutney oder Süß-Sauer-Sauce über die Toppings träufeln.
- Streuen Sie optional etwas Chaat Masala darüber, um die Würze zu verstärken.
- Rollen und servieren:
- Rollen Sie die Paratha vorsichtig von der Seite mit den Füllungen auf und falten Sie die Ränder, um die Füllung zu fixieren.
- Wickeln Sie die untere Hälfte der gerollten Paratha mit einem Stück Pergamentpapier oder Aluminiumfolie ein, um sie zusammenzuhalten.
- Ihr köstliches Chicken Kathi Roll ist servierfertig! Sie können es mit zusätzlichem Chutney oder Joghurt als Beilage servieren.

**Genießen Sie Ihr Chicken Kathi Roll, eine perfekte Mischung aus aromatischem Hühnchen und erfrischenden Belägen, alles umhüllt von einem weichen Paratha!**