

Afrikanisches Huhn mit Erdnussbutter-Chili-Tomaten-Sauce

Zutaten für 4 Portionen:

700 g Hühnerbrust
2 Liter Gemüsebrühe
5 große Zwiebeln, gehackt
2-3 frische Chilischoten
1 Tube Tomatenmark
1 Glas Erdnussbutter, creamy
1 Knoblauchzehe
Salz
Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung:

Das Hähnchenfleisch in der Gemüsebrühe mit den Zwiebeln, dem Knoblauch und den Chilischoten ca. 30 Minuten bei geschlossenem Deckel kochen.

Anschließend das Fleisch am besten mit zwei Gabeln entlang der Fasern fein "zerreißen" und zurück in den Topf füllen.

Die Erdnussbutter und die Dose Tomatenmark hinzugeben und bei mittlerer Hitze und offenem Deckel 20 Minuten einköcheln lassen.

Zwischendurch immer gut rühren, es setzt sonst schnell an.

Nach Geschmack noch mit Salz und Paprika abschmecken. Mit Reis servieren.

Arbeitszeit: ca. 30 Min.

Ruhezeit: ca. 1 Std.

Schwierigkeitsgrad: normal