Tandoori-Hähnchen aus der Heißluftfritteuse

Das Tandoori-Hähnchen aus der Heißluftfritteuse ist ein aromatisches Rezept aus der indischen Küche. Das knusprige, würzige Hühnerfleisch bringt Abwechslung in deinen Speiseplan.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 30 min

Ruhezeit: 12,0 h

Gesamtzeit: 12,8 h



Zutaten

600 g	Hühnerfleisch (z.b. Brust, Schenkel ohne Knochen)
4 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Chili (mittelscharf)
1 Stk.	Ingwer (zirka 5 cm)
200 g	Griechischer Joghurt
2 EL	frisch gepresster Zitronensaft
1 TL	Kreuzkümmel gemahlen
1 TL	Koriander (gemahlen)
1 TL	Garam Masala
1 TL	Paprikapulver (edelsüß)
0.5 TL	Zimt
	Pfeffer (aus der Mühle)
	Pflanzenöl
Nach Belieben	Koriander (frisch gehackt)

Zubereitung

1. Für das **Tandoori-Hähnchen aus der Heißluftfritteuse** zuerst die Knoblauchzehen schälen und fein pressen. Die Chilischote entkernen und klein hacken. Den Ingwer schälen und sehr fein schneiden oder reiben. Knoblauch, Chili und Ingwer zusammen mit frisch gepresstem Zitronensaft in eine Schüssel geben. Griechischen Joghurt, Kreuzkümmel, Koriander, Garam Masala, Paprikapulver, Zimt und Pfeffer aus der Mühle zugeben. Zu einer aromatischen Marinade verrühren.

2. Das Hähnchenfleisch ohne Knochen in mundgerechte Stücke schneiden und in einen Gefrierbeutel oder eine verschließbare Schüssel geben. Die Marinade darüber gießen, gut vermengen und luftdicht verschließen. Das Fleisch sollte nun mindestens 12 Stunden, idealerweise über Nacht, im Kühlschrank marinieren – so entfaltet sich der volle Geschmack.

3. Die Heißluftfritteuse auf 180 °C vorheizen. Das marinierte Tandoori-Hähnchen gleichmäßig im Garkorb verteilen, mit wenig Öl beträufeln und zunächst etwa 12 Minuten garen. Anschließend die Fleischstücke wenden und weitere 13–15 Minuten fertig garen, bis sie außen schön gebräunt und innen saftig sind. Je nach Größe der Hähnchenstücke und Leistung des Airfryers kann die Garzeit leicht variieren. Das fertige Tandoori-Hähnchen aus der Heißluftfritteuse nach Belieben mit frisch gehacktem Koriander bestreuen und sofort servieren.

Unsere Empfehlung hier bestellen
Philips Heißluftfritteuse 6,2 L Airfryer XL



Tipp

Besonders gut passen zum Tandoori-Hähcnen lockerer Basmatireis, Zitronenspalten oder ein frischer Joghurt-Dip dazu.