



Indischer Chicken-Chutney-Burger

mit würzigem Karottensalat



ca. 40min



3-4 Personen

Der Burger ist mittlerweile ein (fast) weltumspannendes Konzept. Das finden wir großartig, denn so können wir nach Herzenslust neue Köstlichkeiten zwischen den Brötchenhälften parken. Was hältst du von lecker in Teig ausgebackenem, saftigem Hähnchenfleisch auf selbst gemachtem Tomatenchutney? Wir halten davon eine Menge. So auch von unserem Karottensalat mit Currynote, den wir dem Burger wärmstens an die Seite legen. Passt!

- 2 rote Zwiebeln
- 4 Tomaten
- 1 Pck. Madras-Currypulver ²
- 2 Karotten
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 4 Burgerbrötchen ¹

- 6EL Weizenmehl ¹
- 6½TL Zucker
- Salz
- Pflanzenöl
- Essig

- kleiner Topf mit Deckel
- 2 große Pfannen
- Küchenreibe
- Messbecher

Energie 688kcal, Fett 31.1g,
Kohlenhydrate 62.4g, Eiweiß 36.4g



Die **Zwiebeln** schälen und in dünne Ringe schneiden. Die **Tomaten** grob würfeln. Die **Zwiebeln** in einem kleinen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. braten. Die **Tomaten** zugeben, 100ml Wasser, 4EL Essig, 2EL Zucker und ½TL Salz unterrühren. Abgedeckt bei niedriger Hitze ca. 10Min. köcheln lassen, bis die **Tomaten** zerfallen sind, ggf. mehr Wasser zugeben.



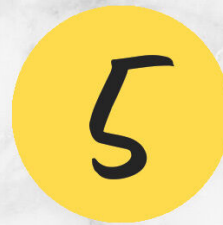
¼ der Gewürzmischung mit 2EL Pflanzenöl, 2EL Essig und je ½TL Salz und Zucker zu einem **Dressing** verrühren. Die **Karotten** ggf. schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Die **Karotten** mit dem **Dressing** vermengen und ziehen lassen.



Die **restliche Gewürzmischung** mit 1TL Salz und 6EL Mehl vermengen, 8EL Wasser zugeben und alles zu einem **Teig** verrühren.



Eine große Pfanne ca. 1cm hoch mit Pflanzenöl befüllen und stark erhitzen. Das **Fleisch** trocken tupfen, horizontal halbieren und im **Teig** wenden, sodass es von allen Seiten gut bedeckt ist. Das **Fleisch** im heißen Öl auf auf jeder Seite in 3-4Min. goldbraun braten oder bis es gar ist. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchentrepp abtropfen lassen.



Die **Brötchen** aufschneiden und in einer zweiten großen Pfanne ohne Zugabe von Fett auf beiden Seiten in 2-3Min. leicht knusprig anrösten. **Tipp:** Wer mag, kann auch einen Toaster verwenden. Die **Brötchen** mit dem **Chutney** bestreichen und mit dem **Fleisch** belegen. Die **Chicken-Chutney-Burger** mit dem **Karottensalat** servieren.



Du findest, auf einen gestandenen Burger gehört auch Mayo? Und das passt auch wunderbar zu Indien und Chutney und Curry und überhaupt? Bitte, wir werden nicht intervenieren. Schließlich sind wir selbst große Mayo-Fans. Und wenn Mayo zu Ketchup passt, dann bestimmt auch zu Chutney. Insofern ... indischer Burger weiß-rot. Gefällt uns.