

Dal Masala mit Putenbrust



**Bamboo
Garden**

INDIA





Bamboo Garden India

Dal Masala mit Putenbrust

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Putenbrust gewürfelt (ca. 3 cm groß)
- 100 g Zuckerschoten, in Streifen geschnitten
- 1-2 Zwiebeln, in Streifen geschnitten
- 1 Zimtstange
- 1 Sternanis
- 400 ml Geflügel-Fond, z. B. von Escoffier
- 1 Dose Kichererbsen, abgetropft z. B. von Kattus



Von Bamboo Garden benötigen Sie:

- 2 EL Soja- oder Wok-Öl
- 2 TL Garam Masala Gewürzmischung
- 1 Beutel Fix-Sauce „Dal Masala“
- (Basmati-Reis als Beilage)

Zubereitung:

Zuerst die Putenbruststreifen in einer hohen beschichteten Pfanne kross anbraten, Zuckerschoten, Zwiebeln, Zimtstange, Sternanis und Garam Masala Gewürzmischung dazugeben, kurz mitbraten und mit dem Geflügel-Fond ablöschen. Alles zusammen einmal aufkochen lassen. Die Fix-Sauce Dal Masala einrühren und ca. 15 Minuten bei mittlerer Temperatur kochen lassen. In den letzten 5 Minuten die Kichererbsen dazugeben und zusammen mit Basmati-Reis servieren.

