

Kurczak Tikka masala



OSTRA NA SŁODKO



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

MIĘSO

filet z kurczaka	1 szt
czosnek ząbki	1 szt
imbir starty	1 łyżeczka
oliwa	1 łyżeczka
Papryka słodka mielona Prymat	1 szczypta
Przyprawa garam masala orientalna Prymat	1 łyżeczka
chili Prymat	1 szczypta

SOS

pomidory	200 g
jogurt naturalny	3 łyżki
cebula	1 szt
papryka czerwona	1 szt
cynamon Prymat	1 szczypta
kurkuma	1 szczypta
Przyprawa garam masala orientalna Prymat	1 szczypta
Imbir mielony Prymat	1 szczypta
czosnek ząbki	1 szt
oliwa	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

SPOSÓB PRYZRĄDZENIA:

MIĘSO:

Do miski dodajemy posiekany czosnek, starty imbir, garam masalę, paprykę , chili.

Zalewamy olejem , dokładnie mieszamy i obtaczamy pokrojonego na kawałki kurczaka.

Zawijamy folią spożywczą i wkładamy do lodówki - im dłużej będzie w lodówce , tym smak będzie intensywniejszy.

SOS:

Na patelni (a używam granitowego woka) rozgrzewamy olej, a następnie dodajemy posiekaną cebulę, pokrojoną paprykę, czosnek , imbir i resztę przypraw.

Przesmażamy ok. minutkę, a następnie dodajemy pokrojone w kostkę pomidory i zalewamy jogurtem.

Na wolnym ogniu gotujemy ok. 7-8 minut, cały czas mieszając , by nie dopuścić do przypalenia.

Po tym czasie miksujemy (sos nie musi być kremowo gładki).

CAŁOŚĆ:

Na rozgrzanej patelni przesmażamy kurczaka, zalewamy sosem i dusimy na wolnym ogniu do miękkości.

Podajemy gorące!

Z ryżem lub chlebkami naan.

Smacznego!