

Kurczak w jogurtowym sosie curry



KAKIAA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Filet z piersi kurczaka bez kości	1 szt.
Przyprawa curry orientalna Prymat	1 łyżeczka
Imbir mielony Prymat	1 łyżeczka
Gałka muszkatołowa mielona Prymat	1 łyżeczka
czosnek	3 ząbki
cebula	1 szt.
sok z cytryny	2-3 łyżki
sos sojowy	3-4 łyżki
miód	2 łyżki
olej	do smażenia
sól	do smaku
białe wino	100-200 ml
jogurt bałkański	400 ml

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso kroimy na drobną kostkę. Dodajemy sok z cytryny, miód, sos sojowy, alkohol, 2 zmiażdżone ząbki czosnku, po pół łyżeczki imbiru, curry i gałki. Dokładnie mieszamy tak, aby marynata dokładnie przykryła kurczaka. Odstawiamy - na godzinę w temp. pokojowej lub kilka godzin do lodówki. Gdy mięso się zamarynuje odsączamy je i wrzucamy na rozgrzaną patelnię. Gdy woda z mięsa odparuje dodajemy posiekaną drobno cebulę, gdy się zeszkli dodajemy czosnek. Kiedy kurczak już się zarumieni zestawiamy patelnię z ognia i dodajemy jogurt (jogurt nie może zawrzeć, bo się zważy). Doprawiamy do smaku gałką, imbirem, curry i solą. Podajemy z ryżem ugotowanym na sypko lub z kuskusem.

