



## KURCZAK TIKKA MASALA

### SKŁADNIKI:

#### MARYNATA:

- 2 duże piersi kurczaka Sokołów
- 1 szklanka jogurtu naturalnego
- 1-2 ząbki czosnku
- kawałek imbiru (3-4 cm)
- 2 łyżeczki garam masala
- 1 łyżeczka kurkumy
- 1 łyżeczka kminu rzymskiego
- 1 łyżeczka chili w proszku
- 1 łyżeczka soli

#### SOS:

- 2 łyżki masła klarowanego ghee
- 2 cebule
- 3-4 ząbki czosnku
- kawałek imbiru (3-4 cm)
- 2-3 papryczki chili
- 2 łyżeczki garam masala
- 2 łyżeczki kminu
- 1 łyżeczka kurkumy
- 1 łyżeczka mielonych ziaren kolendry
- 400 g pomidorów z puszki (krojonych)
- 1 łyżeczka chili
- sól
- kilka łyżek jogurtu naturalnego
- 1-2 łyżki cukru
- kolendra do dekoracji

### PRZYGOTOWANIE:

1. Piersi kurczaka pokroić w cienkie plastry i umieścić w misce. Połączyć jogurtem naturalnym. Kmin rzymski i ziarenka kolendry utłuc w moździerzu, a następnie dodać do mięsa. Składniki wymieszać z kurkumą, chili, garam masala, startym imbirem i przeciśniętym przez praskę czosnkiem. Piersi kurczaka odstawić na co najmniej 1 godzinę, by się zamarynowały.
2. W czasie gdy mięso się marynuje, warto zacząć przygotowywać sos. Cebulę obrać i posiekać w pióra. Imbir i czosnek drobno posiekać.
3. Zamarynowane mięso wyjąć z marynaty i lekko osuszyć ręcznikiem papierowym. Następnie wyłożyć na ruszt. Grillować w niskiej temperaturze.
4. Na bocznym palniku rozgrzać garnek z grubym dnem lub wok. Na maśle klarowanym podsmażyć cebulę, czosnek, papryczki chili (w całości) i imbir. Następnie dodać wszystkie przyprawy.
5. Składniki w garnku lub woku przesunąć na bok naczynia, robiąc miejsce na cukier, który należy skarmelizować. Całość połączyć z pomidorami. Sos podgrzewać przez chwilę, aż zgęstnieje.
6. Piersi kurczaka pokroić na kawałki. Podawać z sosem i kleksem jogurtu naturalnego. Wielbiciele pikantnych smaków mogą dodać jeszcze posiekaną papryczkę chili. Przed podaniem potrawę udekorować kolendrą.