Danie Indyjskie Kurczak z ryżem Tikka masala

Mariola555

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

60 min

4 porcje

Składniki:

- pierś z kurczaka - 500 g
- jogurt naturalny - 150 ml
- olej o smaku curry BIO PLANÈTE - 4 łyżka
- cebula - 2 szt.
- przecier pomidorowy - 2 łyżka
- mleczko kokosowe - 200 ml
- przyprawy : curry, pieprz, sól, kurkuma, kminek mielony - - do smaku
- ząbki czosnku - 2 szt.
- ryż basmati - 2 torebka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięso pokrój w paski i wymieszaj z jogurtem, 2 łyżkami oleju BIO PLANÈTE, 0,5 łyżeczką pieprzu, kurkumy, kminu i kolendry. Następnie zamarynowanego kurczaka wstawić najlepiej na całą noc do lodówki.
Podsmażyć cebulę na 2 łyżkach oleju BIO PLANÈTE, po kilku minutach dodać drobno posiekany czosnek. Do podsmażonej cebuli dodać mięso i znowu dodać po 0,5 łyżeczki wszystkich przypraw jeśli danie ma być mocno aromatyczne.
Następnie dodać mleczko kokosowe oraz 2 duże łyżki przecieru pomidorowego. Gotować całość ok. 15 min od czasu do czasu mieszając.

Ryż ugotować zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Po ugotowaniu wymieszać z przesmażoną cebulą, przyprawą curry oraz solą wedle uznania.