

SECONDI PIATTI

# Pollo Jalfarezi

di: *Cookaround*

---

LUOGO: *Asia / Pakistan*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *20 min*    COTTURA: *30 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

---



Il **Pollo Jalfarezi** chiamato anche Tikka Masala, è un gustoso secondo di origine indiana molto buono e profumato ma decisamente semplice da fare. La ricetta è molto antica e infatti si è diffusa anche in Inghilterra in quanto questa nazione ha subito parecchie influenze da quel paese. Questa versione che vi proponiamo è decisamente semplice e il risultato sarà speciale poiché la curcuma unita al peperoncino e allo zenzero rendono profumato e gustoso questo piatto. Perfetto per essere portato a tavola durante una cena etnica, piacerà davvero a tutti. Anzi se avete voglia di organizzarne una perché non fate anche l'[hummus](#)? Davvero

buonissimo!

## INGREDIENTI

PETTO DI POLLO 1,5 kg

PEPERONI VERDI 220 gr

SEMI DI CUMINO 1 cucchiaio da tè

ZENZERO fresco - 60 gr

CURCUMA MACINATA ½ cucchiaini da tè

BURRO 220 gr

POMODORI 220 gr

CIPOLLE ROSSE 220 gr

SPICCHIO DI AGLIO 10

PEPERONCINO VERDE piccante - 60 gr

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

cucchiaio da tè

SALE 2 cucchiaini da tavola

CORIANDOLO

## PREPARAZIONE

**1** Quando volete realizzare la ricetta del **pollo Jalfarezi** tagliate questo in pezzi da 4cm. Affettate 170 g di pomodori, 170 g di cipolle e tutti i peperoni verdi in pezzi da 2 cm.

Sciogliete il burro in un wok (o in pentola). Tagliate finemente 60 g di cipolle. Affettate finemente l'aglio e fate una pasta.

Aggiungete i pezzi di pollo, le cipolle tagliate finemente, i semi di cumino, il sale e l'aglio al burro e miscelate bene.



2 Coprite la pentola e lasciate cuocere al vapore a fuoco medio, mescolando occasionalmente.

Tritate finemente i rimanenti 60 g di pomodori, tagliate la radice di zenzero alla julienne e lavate il cilantro e separate le foglie dal gambo.

Rimuovete il coperchio dalla pentola. Aggiungete i peperoncini, la polvere di curcuma, i peperoncini verdi e i pomodori tritati finemente.



3 Miscelate bene il tutto e lasciate cuocere il pollo in questo composto a fuoco moderato

fino a che quasi tutto il liquido sia evaporato.

Aggiungete, lo zenzero tagliato alla julienne quando metà dell'acqua è evaporata.



4 Aggiungete il composto di peperoni verdi, cipolle e pomodori.



5 Spegnete il fuoco e aggiungete il cilantro e coprite. Tenete la pentola coperta per almeno 5 minuti.