

SECONDI PIATTI

Pollo palak

LUOGO: *Asia / India*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



1 cucchiaino di polvere di peperoncino
rosso
sale a piacere
4-5 cucchiari d'olio.

PREPARAZIONE

1 Pulire e tagliare il pollo in pezzi di media dimensione. Marinare nelle polveri di spezie e il yogurt per circa 1 ora. Friggere superficialmente il pollo in circa 1-2 cucchiari di olio fino a cottura ultimata.

Tritare una cipolla e frullare l'altra cipolla con il palak (spinaci), nocciole, pomodoro, zenzero, aglio, peperoncini verdi, cannella, chiodi di garofano e cardamomo.

Scaldare l'olio rimanente e friggere le cipolle tritate.

Quando diventano trasparenti, aggiungere il masala e friggere per circa 10-12 minuti fino a che il burro chiarificato inizi a separarsi dal masala.

Aggiungere il sale, il dhania-jeera (coriandolo-cumino) e la polvere di peperoncino e cuocere per un minuto.

Aggiungere, ora, i pezzi di pollo e 1-2 tazze di acqua. Portare ad ebollizione a fuoco basso, scaldare fino a che il pollo sia pronto.

Servire guarnito con cipolle tritate.

NOTE

Consiglio: Il pollo in questa ricetta si può anche cuocere al forno