

SECONDI PIATTI

Pollo alle spezie

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / India*

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



INGREDIENTI

- 1 kg di petto di pollo
- 1 tazza di salsa di pomodoro
- 3 cipolle tritate
- ½ cucchiaino di burro chiarificato o olio
- 1 cucchiaino di pasta d'aglio e zenzero
- 2 cucchiaini di polvere di peperoncino rosso
- 1 tazza di yogurt
- 4 peperoncini verdi aperti
- ½ cucchiaino di colorante tandoori
- 2 cucchiaini di kastoori (foglie di fieno greco secche) methi
- ½ cucchiaino di sale
- ½ cucchiaino di curcuma.

DA TRITARE

- 1 ½ cucchiaini di coriandolo e jeera (semi di cumino)
- 1 cucchiaino di saunf (semi di finocchio) 1 ½ cucchiaino di noce di cocco

1 cucchiaio di polvere di mandorle

1 cucchiaino di garam masala.

AROMI

2 pezzi di cardamomo

chiodi di garofano

cannella e foglie di alloro.

PREPARAZIONE

1 Tagliare il pollo a pezzi, bollire in due tazze d'acqua per 10-15 minuti. Rimuovere e mettere da parte il brodo. In un vassoio scaldare l'olio, friggere gli aromi aggiungere le cipolle e friggere fino a doratura.

Fare un misto di yogurt, peperoncino, colore di tandoor, sale, zenzero, aglio e haldi (curcuma in polvere). Aggiungere alle cipolle fritte e friggere fino a che l'olio si separi.

Aggiungere la salsa di pomodoro e cuocere ulteriormente fino a che l'olio si separi.

Aggiungere la polvere di masala e methi (foglie di fieno greco). Cuocere per 3-4 minuti.

Aggiungere il pollo e 1- 1 ½ tazze di liquido conservato. Coprire e cuocere fino ad ottenere una salsa densa e ricca.