

SECONDI PIATTI

Pollo allo zenzero

LUOGO: Asia / Pakistan

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



INGREDIENTI

- 1/2kg di pollo (petto disossato)
- un pezzo di zenzero da 6cm
- ½ cucchiaino di pepe nero macinato
- ½ cucchiaino di sale
- 2 cucchiai di yogurt intero
- 4 cucchiai di olio vegetale
- 1 cucchiaino di garam masalah

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate lo zenzero alla julienne. Miscelate il garam masalah, il pepe nero e il sale allo yogurt. Ora scaldate l'olio e versateci dentro il composto di yogurt e soffriggete fino a che il siero dello yogurt sia completamente evaporato e non vediate l'olio. Aggiungete lo zenzero e soffriggete per 10 minuti, quindi aggiungete i pezzi di pollo e cospargete 2 cucchiai d'acqua sopra il pollo. Coprite la casseruola e lasciate cuocere per 15 minuti. Mescolate il pollo e cuocete per altri 10 minuti. Mescolate con cura, togliete il coperchio e

lasciate cuocere per ancora 10 minuti a fuoco basso.