

SECONDI PIATTI

Pollo palak

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / India*

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



PER LA MARINATURA

- 10 cosce di pollo
- 2 cucchiaini di polvere di peperoncino rosso
- ½ cucchiaino di polvere di curcuma
- 1 cucchiaino di polvere di coriandolo
- 1 cucchiaino di polvere di cumino
- ½ tazza di vaglio / yogurt semplice.

PER LA SALSA

- 1 pugno di palak (spinaci) lavati e tritati
- 10 peperoncini verdi
- 2 cipolle medie
- 4 pomodori tritati
- 1 cucchiaino di zenzero tritato
- 5-6 spicchi d'aglio
- 1 bastoncino di cannella
- 2-3 chiodi di garofano
- 2-3 cardamomi
- 2 cucchiaini dhania-jeera (polvere di coriandolo-cumino)

1 cucchiaino di polvere di peperoncino
rosso
sale a piacere
4-5 cucchiai 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 cucchiai 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