

SECONDI PIATTI

Pollo speziato al curry

LUOGO: Asia / India

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



INGREDIENTI

- 500gr di pollo disossato tagliato in pezzi
- 240gr salsa di pomodoro
- 150gr di patate affettate
- 2 cucchiaini di semi di cumino interi
- 1 cucchiaino di grani di pepe nero
- 1 cucchiaino di semi di cardamomo
- 3 bastoncini di cannella
- 1 ½ cucchiaino di semi di mostarda nera
intera
- 1 cucchiaino di semi di fieno greco
- 5 cucchiaini di aceto
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaino di pepe di cayenna
- 1 cucchiaino di zucchero di canna
- 10 cucchiaini di olio vegetale
- 2 grosse cipolle
tagliate a semi cerchio
- 6 cucchiaini di acqua
- 8-10 spicchi d'aglio tritati grossolanamente
- 1 cucchiaino di semi di coriandolo sminuzzati
- ½ cucchiaino di polvere di curcuma.

PREPARAZIONE

- 1 Tritare i semi di cumino, pepe nero, semi di cardamomo, cannella, semi di mostarda nera e semi di fieno greco tutti insieme in un mixer. In una piccola ciotola, miscelare le spezie sminuzzate, l'aceto, il sale, il pepe di cayenna e zucchero di canna. Mettere da parte. Scaldare l'olio in una padella a fuoco medio. Friggere le cipolle, mescolare frequentemente, fino a che siano ben arrostiti. Rimuovere le cipolle e metterle in un mixer. Aggiungere 3 cucchiai d'acqua alle cipolle e miscelare fino a che si ottenga una pasta soffice. Aggiungere questa pasta di cipolla alle spezie nella ciotola. Questo preparato si chiama pasta di vindaloo.
Mettere lo zenzero e l'aglio in un mixer.
Aggiungere 3 cucchiai d'acqua e miscelare fino a che otterrete una pasta soffice. Scaldare l'olio rimanente in una padella a fuoco medio. Quando è caldo, aggiungere la pasta di zenzero e aglio. Mescolare fino a che la pasta prenda un po' di colore. Aggiungere il coriandolo e la curcuma. Mescolare qualche secondo.
Aggiungere il pollo e arrostitirlo leggermente. Aggiungere la pasta di vindaloo, la salsa di pomodoro e le patate al pollo nella padella.
Mescolare e portare a bollore leggero. Coprire la padella, ridurre il fuoco e sobbollire per circa 1 ora o fino a che il pollo e le patate diventino tenere.