



przepisy.pl

Kurczak Tandoori z ryżem - VIDEO



 90 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- udka z kurczaka (bez kości i skóry) - 4 sztuki
- kolendra mielona - 1 łyżka
- Fix Smażony ryż po chińsku Knorr** - 1 opakowanie
- Cynamon z Wietnamu Knorr** - 1 łyżka
- jogurt gęsty - 300 mililitrów
- Kurkuma z Indii Knorr** - 1 łyżeczka
- ząbki czosnku - 2 sztuki
- olej - 80 mililitrów
- sok z cytryn - 2 sztuki
- biała cebula - 2 sztuki
- przecier pomidorowy - 100 gramów
- cytryna - 1 sztuka
- Chili z Indii Knorr** - 1 łyżeczka
- ryż - 200 gramów
- bulion - 1 szklanka
- garam masala - 1 łyżeczka
- Curry Knorr** - 1 łyżka

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Ryż ugotuj według wskazówek na opakowaniu. Następnie odcedź go. Powinien być sypki.
2. W misce przygotuj marynatę. Wymieszaj jogurt z przecierem pomidorowym, sokiem z dwóch cytryn, chili, garam masala, curry, cynamonem, kurkumą, kolendrą oraz Fixem Knorr. Powinna powstać dość gęsta masa.
3. Mięso z kurczaka ponacinaj nożem i wymieszaj dokładnie z połową oleju oraz całą marynatą. Dzięki temu aromat przejdzie również do wnętrza mięsa. Odstaw kurczaka na co najmniej godzinę.
4. Po tym czasie na dno naczynia żaroodpornego wsyp ryż i wlej bulion. Następnie ułóż kurczaka i piecz przez 30-40 minut w 180 °C. Odstaw mięso, aby lekko wystygło.
5. W tym czasie pokrój cebulę w plastry i rozgrzej grill.
6. Smaż mięso z obu stron z pozostałym olejem na grillu, wraz z plasterkami cebuli. W trakcie smażenia skrop całość sokiem z cytryny. Kurczaka podawaj z cebulą i ryżem.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl