



# Kurczak Tandoori z ryżem

przepisy.pl



 60 minut  4 osoby  Łatwe

## Składniki:

- udka z kurczaka (bez kości i skóry) - 4 sztuki
- kolendra w proszku - 1 łyżka
- Fix Smażony ryż po chińsku Knorr** - 1 opakowanie
- Cynamon z Wietnamu Knorr** - 1 łyżeczka
- jogurt naturalny - 300 mililitrów
- Kurkuma z Indii Knorr** - 1 łyżeczka
- czosnek ząbki - 2 sztuki
- olej - 80 mililitrów
- cytryna - 2 sztuki
- biała cebula - 2 sztuki
- przecier pomidorowy - 100 gramów
- cytryna - 1 sztuka
- garam masala - 1 łyżeczka
- Chili z Indii Knorr** - 1 łyżka
- ryż - 200 gramów
- Curry Knorr** - 1 łyżka
- bulion - 1 szklanka
- przyprawa garam masala - 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, wyciśniętym sokiem z dwóch cytryn, chilli, garam masalą, 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 wewnątrz 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 stopniach. Odstaw mięso, aby lekko wystygło.
5. W tym czasie pokrój cebule w plastry i rozgrzej grill.
6. Smaż mięso z pozostałym olejem na grillu z obu stron 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](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)