



# Rogan josh z jagnięciny

przepisy.pl



 20 minut  6 osób  Łatwe

## Składniki:

- imbir kłacz - 5 cm
- ząbek czosnku - 8 sztuk
- Przyprawa Garam Masala Knorr** - 1 opakowanie
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 łyżeczka
- jogurt naturalny typu greckiego - 200 gramów
- jagnięcina, wołowina lub wieprzowina - 1 kilogram
- czerwona cebula - 1 sztuka
- czerwona papryka - 1 sztuka
- strąk papryczki chili czerwonej - 1 sztuka
- natka kolendry - 1 pęczek
- kardamon - 2 ziarna
- Goździki z Indonezji Knorr** - 3 sztuki
- laska cynamonu - 1 sztuka
- Kurkuma z Indii Knorr** - 0.5 łyżeczek
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 1 łyżeczka
- olej roślinny - 50 mililitrów
- pomidor świeży - 3 sztuki
- pomidory pelatti - 1 słoik
- mięta - 15 gramów
- sól - 1 szczypta

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

## Sposób przygotowania:

1. Mięso pokrój w grubą kostkę ok. 3–4 cm.
2. Obierz cebulę, imbir i czosnek. Umieść je w kielichu miksera, dodaj papryczkę chili oraz łodygi natki kolendry. Całość zmiksuj na jednolitą pastę (możesz dodać kilka łyżek wody, aby ułatwić miksowanie). Połowę pasty połącz z kurkumą, pieprzem, jogurtem, kilkoma łyżkami przyprawy Garam Masala Knorr oraz z łyżeczką soli. Całość wymieszaj z mięsem. Tak zamarynowane mięso odstaw do lodówki na co najmniej 12 godzin.
3. Pomidory pokrój w kostkę, posiekaj resztę natki kolendry i mięte.
4. Na dnie dużego żeliwnego garnka na oleju smaź chwilę zmiażdżone ziarna kardamonu, goździki, cynamon oraz łyżkę przyprawy Garam Masala Knorr. Gdy przyprawy zaczną intensywnie pachnieć, dodaj pozostałą pastę z warzyw. Smaź do momentu, gdy zaczną delikatnie przywierać do dna. Następnie dodaj pomidory z puszki oraz te świeże. Całość gotuj ok. 5 minut pod przykryciem. Do gotującego się sosu dodaj zamarynowane wcześniej mięso. Całość ponownie doprowadź do wrzenia. Garnek przykryj i wstaw do nagrzanego do 180°C piekarnika na ok. 90 minut – mięso musi zmięknąć, a sos zgęstnieje. W razie potrzeby możesz dodać trochę wody, jeśli sos okaże się zbyt gęsty.
5. Gotowy gulasz dopraw do smaku miętą i kolendrą oraz w razie konieczności odrobiną soli. Rogan josh podawaj z chlebem pita i jogurtem.