

POLLASTRE TANDOORI

ruben adalia

INGREDIENTS

60 MINUTES 4 SERVINGS

Cuixetes de pollastre
 Mescla d'espècies
 Iogurt
 Ceba
 Llet
 Arròs basmati

TAGS

#basmati #indú #pollastre #pollo #tandoori



1

Preparem una barrega de diferents espècies per obtenir un sabor indú (una culleradeta de cada): Pebre vermell dolç (pimentón dulce) Pebre vermell Canyella Cúrcuma Curry All molt Comí Nou moscada



2

Barregem les espècies amb 2 iogurts naturals i hi afegim un raig de suc de llimona i salem una mica



3

Aboquem la salsa indú sobre les cuixetes de pollastre. Han de quedar ben rebossades de salsa. Deixem reposar a la nevera unes hores.





4

Com acompanyament del plat : sofregim ceba ratllada amb mantega a foc lent i quan estigui ben cuita i afegim llet. A mida que la llet es vagi reduïnt n'afegim més. Salem i afegim essència de coco o vainilla en pols



5

Passades unes hores es posen les cuixes sobre paper d'alumini a la safata i enforem durant uns 20-30minuts per cada costat (el temps dependrà del tamany de les cuixes)



6

Servim les cuixes (cruixents) amb acompanyament de la salsa de llet i coco (o vainilla) i arròs basmati

