

Chicken tikka masala

Opskrift til 6-8

Lad jer ikke skræmme af den lange ingrediensliste, mange af tingene er krydderier – og mange af ingredienserne går igen i marinaden og i saucen.

Forberedelsestid

1,5 timer

Tilberedelsestid

30 minutter

Samlet tid

2 timer

Ingredienser

Marinade

- 150 g / 2 dl græsk yoghurt (jeg bruger den med 2 % fedt)
- 1/3 tsk. chilipulver
- 1 spsk. garam masala
- 1 tsk. spidskommen
- 1 tsk. gurkemeje
- 1/2 tsk. stødt nelliker
- 3 fed hvidløg
- 10 g frisk ingefær
- 1 tsk. salt + peber
- 600 g kyllingebryst

Sauce

- 2 spsk. olie + 1 spsk. smør til stegning
- 2 skalotteløg
- 1 fed hvidløg
- 10 g frisk ingefær
- 1 tsk. spidskommen
- 1 tsk. garam masala
- 1 tsk. gurkemeje
- 1/2 tsk. chilipulver
- 1 tsk. stødt koriander
- 280 g tomatpuré
- 1/2 liter fløde
- 2 tsk. brun farin
- smag til med salt og peber
- Server med ris, friske krydderurter og evt. naanbrød

Sådan gør du

MARINADE:

1. Start med at lave din marinade, ved at blande yoghurt, revet hvidløg, revet (og skrælle) frisk ingefær og krydderier i en skål.
2. Klip eller skær kyllingen i mindre stykker og vend rundt i marinaden. Lad gerne denne marinade stå og trække i 60 minutter på køl – gerne længere tid
3. Varm en dyb pande eller wok op og kom marinaden (med kyllingen) på. Lad det få lidt stegeskorpe på den ene side, og vend det så en omgang – så det får lidt stegeskorpe på den anden side. Giv det omkring 3 minutter på hver side, det skal ikke gennemsteges. Tag det af panden og læg det tilbage i skålen, mens saucen laves.

SAUCE:

1. Gør nu klar til saucen, ved at hakke løg, presse hvidløg og rive lidt ekstra frisk ingefær.
2. Hvis panden lige trænger til at blive tørret af efter marinaden, så tag lidt køkkenrulle og tør. Kom så olie og smør på panden og lad det smelte
3. Kom ovenstående på og vend rundt, til løgene bliver bløde
4. Kom så krydderierne ved og vend det rundt
5. Kom tomatpuré ved og sæt på dette tidspunkt vand over i en gryde til ris
6. Kom kyllingen tilbage i blandingen, og lad det simre i 5-10 minutter, kom ris i den anden gryde – så dette kan koge imens.
7. Hæld fløden over din tikka masala og smag til med brun farin, salt og peber
8. Server sammen med de kogte ris og lidt frisk koriander.