

Tandori kylling

Opskrift til 4 personer

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

15 minutter

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

- 1 tsk. kardemomme
- 1/2 tsk. kanel
- 2 spsk. spidskommen
- 1 spsk. paprika
- 2 tsk. gurkemeje
- godt med salt og peber
- 2 spsk. citronsaft
- 2,5 dl yoghurt naturel
- 100 g tomatpuré
- 3 fed hvidløg, presset
- 3-4 cm frisk ingefær, skrællet og revet
- 400 g kylling (jeg brugte inderfilet)
- spyd, olie til stegning og lime + koriander til servering

Sådan gør du

1. Start med at blande alle ingredienser til marinaden i en skål
2. Kom kyllingen ned i marinaden og lad det stå og trække, gerne flere timer i køleskabet. Men jeg har nu også lavet det et par gange hvor det kun har stået i marinaden i 10-15 minutter. Hvis du mangler noget at lave imens det trækker, kan du jo lave raita og rispilaf.
3. Kom lidt olie på en grillpande (eller almindelig pande)
4. Sæt kyllingen på spyd og steg dem på panden. De skal have et par minutter på hver side ved forholdsvis høj varme, ind til de er gennemstegte.
5. Server med frisk lime og evt. lidt hakket friske krydderurter – jeg har brugt koriander.