ASIATISKT

Indisk tomat- och korianderkyckling

Kock: **Jennifer Berg** Tid: **30 min** Portioner: **4**

Gillar du kryddig mat? Då passar detta recept perfekt till dig. Jag kan garantera att du kommer älska denna indiska rätt.

Denna gryta är väldigt enkel att förbereda och supergod med massor av smaker. Du kommer att behöva en mixer eftersom du ska göra en liten pestoliknande röra som du kommer att ha i under tillagning. Jag använde mig av kycklinglårfilé, tycker det blir mycket godare och saftigare. Marinera gärna kyckligen i 1 timme men det är absolut inget måste. Servera rätten till nykokt jasminris och varma naan bröd.

30

INGREDIENSER

Kycklingmarinad
500 gram kycklinglårfilé
0.5 tesked salt
1 matsked färskpressad citronjuice
1 tesked cayennepeppar

Korianderpasta
1 näve färsk koriander
4 klyftor vitlök
1 färsk röd chili (rensa ur fröna)
0.5 tesked kumminfrön

2 matskedar färskpressad citronjuice
1 matsked vatten

Till grytan
3 matskedar vegetabilisk olja
0.5 tesked nymald svartpeppar
0.5 tesked chiliflakes
0.5 tesked mald kummin
1 stor gul lök, hackad
2 matsked brunt socker (t ex farinsocker)
1 matsked riven ingefära
10 st cocktailtomater, delade på mitten
1.5 tesked gurkmeja
0.5 tesked mald muskot
1 kryddmått finmalen kanel
1 deciliter kokosmjölk
1 deciliter vatten

GÖR SÅ HÄR

1. Skär kyckligen i bitar. Lägg kyckligen i en skål och tillsätt cayennepeppar, salt och citronjuice. Blanda väl och täck, ställ i kylen i ca en timme.
2. Mixa koriander, vitlök, röd chili, kumminfrön, citronsaft och vatten i en matberedare eller mixer. Mixa tills blandningen bildar en pasta. Sätt åt sidan.
3. Värm olja i en wok eller stor stekpanna på medelhög värme. Tillsätt chili flakes och nymald svartpeppar och rör om då och då och låt steka i 1 min.
4. Tillsätt hackad lök, mald kummin och brunt socker i grytan och rör om så att löken täcks av kryddorna. Låt steka i 5 min eller tills löken är fint brynt.
5. Ta ut kycklingen ur marinaden och lägg i grytan. Rör om den i löken och kryddorna. Stek i ca 2-3 minuter eller tills kycklingbitarna är vita på alla sidor.
6. Sänk värmen till medium, tillsätt ingefära, tomater, gurkmeja, muskot och kanel, blanda väl. Häll sedan i korianderpastan, rör om och låt koka i 2-3 minuter.
7. Häll i kokosmjölk och vatten och vänta tills det börjar koka. När det har börjat koka ha på ett lock och minska värmen till låg. Låt sjuda i 10 minuter.
8. Smaka av såsen. Tillsätt salt och svartpeppar efter behov.