

# Receta **Tikka masala**

Porciones **2**

## Ingredientes

Contramuslo de pollo deshuesado: 500g\*

Yogur griego: 200g

Garam masala: 3 cdta

Pimentón dulce: 2 cdta

Pimentón picante: 1 cdta

Comino: 1 cdta

Canela: 1 cdta

\*400g de garbanzos cocidos

Jengibre: 10g

Cebolla: 1

Ajo: 5 dientes

Tomate triturado: 400g

Leche de coco: 400ml

Cúrcuma: 1 cdta

Aceite: 1 cdta

## Instrucciones

- Si utilizas garbanzos (la receta se llama "chana masala") sáltate todo lo relativo al pollo
- Cortar el pollo en trozos de bocado y marinar en el yogur junto a 2 cdta de garam masala, 1 cdta de pimentón dulce, 3 dientes de ajo y 5g de jengibre rallados, la canela, comino, cúrcuma y el aceite
- Sellar el pollo y retirar
- Picar la cebolla en juliana y saltear junto al resto de ajo y de jengibre rallados
- Añadir el pimentón picante, 1 cdta de pimentón dulce y otra de garam masala e integrar 2 min
- Echar el tomate, cocinar 5 min y triturarlo todo
- Integrar la salsa junto al pollo y la leche de coco y cocinar 10 min