

Raciones para 5

2 Dientes de ajo
3 Pechugas de pollo
2 Yogures griegos naturales
3 gr Jengibre fresco rallado
1 **cdita** Copos de chile
1 **cdita** Comino en polvo
2 **cditas** Garam masala
Sal
1 Limón
50 gr Mantequilla
1 Cebolla
200 gr Tomate triturado
200 ml Leche de coco
2 gr Garam masala
Arroz largo cocido
Pan de pita
Cilantro fresco

- 1 Picar los ajos pelados y cortar la pechuga de pollo en dados. En un bol, mezclar todos los ingredientes del marinado hasta obtener una crema homogénea. Añadir por último el pollo y mezclar bien.
- 2 En un rondón, derretir la mantequilla utilizando la función Mestre Paeller de la placa de inducción. Cuando escuches el pitido de la placa, pulsar la flecha de "siguiente etapa" y freír los dados de pollo, sin retirar el marinado.
- 3 Una vez marcado el pollo y después del aviso de la placa, pulsar de nuevo la flecha de "siguiente etapa" e incorporar la cebolla cortada en juliana hasta el siguiente aviso.
- 4 En ese momento, añadir el tomate triturado y dejar reducir. Después, la leche de coco y el garam masala de la salsa.
- 5 Remover todo bien y cambiar el modo Mestre Paeller por la función manual de la placa, para cocinar el resto del tiempo a fuego muy bajo durante 20 minutos, y así el pollo quede jugoso.
- 6 Servir junto un poco de arroz largo cocido del modo que indique el envase, pan de pita tostado a la sartén y un poco de cilantro fresco.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/pollo-tikka-massala/>

COOKING
LOVERS 