



Murgh makhani

Foto: Ulrika Pousette

Murgh makhani

Ett recept från Allt om mat

Ingredienser

8 person(er)

Tillagning

1 kg	kycklingfilé
2 msk	matyoghurt
4 msk	currypasta, tikka masala
1 st	lök, gul
2 st	vitlösklyftor
2 msk	rapsolja
1 burk	tomater, krossade (400 g)
3 msk	vispgrädde
1 tsk	salt
2 msk	koriander, hackad

Denna mustiga rätt kommer från regionen Punjab i norra Indien.

1. Skär kycklingen i bitar, ca 2 x 2 cm. Blanda den med yoghurten och hälften av currypastan i en skål. Låt marinera minst 2 timmar i kylskåpet.
2. Sätt ugnen på 200°. Ta upp kycklingen ur marinaden och lägg den i en ugnssäker form. Tillaga mitt i ugnen ca 15 min. Rör om någon gång.
3. Skala och skiva löken. Skala och finhacka vitlöken. Hetta upp oljan i en kastrull. Tillsätt lök och vitlök och stek tills den är gyllenbrun. Tillsätt resten av currypastan och låt fräsa med ca 3 min. Tillsätt tomaterna och låt koka ca 20 min under lock. Rör om med jämna mellanrum så att inte såsen bränner vid.
4. Tillsätt kycklingen och grädden. Låt koka ca 2 min. Smaka av med salt. Rör i koriandern. Servera med ris och raita.