



POLLO TIKKA MASALA

Blog de Mike Disharoon's EE.UU.

Ingredientes:

- 1 taza de yogur**
- 1 cucharada de jugo de limón**
- 2 cucharaditas de comino molido**
- 1 cucharadita de canela molida**
- 2 cucharaditas de pimienta roja**
- 2 cucharaditas de pimienta molida**
- 1 cucharada de jengibre fresco picado**
- 1 cucharadita de sal, o al gusto**
- 3 pechugas de pollo cortada a tacos**
- 1 cucharada de mantequilla**
- 1 diente de ajo, picados**
- 1 chile jalapeño.**
- 2 cucharaditas de comino molido**
- 2 cucharaditas de pimentón**
- 1 / 2 cucharadita de sal, o al gusto**
- 1 (8 cucharadas de salsa de tomate**
- 1 taza de crema**
- 1 / 4 taza de cilantro fresco picado**

En un tazón grande, combine el yogur, zumo de limón, 2 cucharaditas de comino, canela, cayena, pimienta negra jengibre, y 1 cucharadita de sal. Agregue el pollo, tapar y refrigerar

por 1 hora.(yo lo dejé 30 min)

Pre caliente una parrilla.

Derretir la mantequilla en una sartén grande a fuego medio. Sofría el ajo y el jalapeño durante 1 minuto. Añada 2 cucharaditas de comino, el pimentón, y 1 / 2 cucharadita de sal. Revuelve con la salsa de tomate y la crema. Deja cocer a fuego lento hasta que la salsa espese, aproximadamente 20 minutos. Añade el pollo, y cocina a fuego lento durante 10 minutos. Lo acompañaremos con un poco de Arroz Pilaf: Arroz de grano largo frito con ajo y cebolla bien picados en un poco de margarina. En este caso también he hecho unos panes sin levadura al horno para sucar!!