Pollo Tikka Masala (Chicken Tikka Masala)

Ingredientes

Marinado

Comino en polvo: 30 g
Contra-muslos de pollo deshuesados: 500 g
Cúrcuma: 10 g
Yogurt: 200 g
Pimienta blanca: 10 g
Cilantro en polvo: 30 g
Sal: 20 g
Pasta de ajo y jengibre: 40 g
Vinagre de Vino Blanco: 40 g

Salsa

Caldo De Pollo: 1 chorrito
Cilantro en polvo: 10 g
Pimentón rojo: 10 g
Tomate: 350 grs.
Cebolla: 150 g
Comino: 10 g
Cúrcuma: 10 g
Pasta de ajo y jengibre: 20 g
Yogur: 20 g

Preparación de la Receta

- Trocear los contra-muslos de **pollo** deshuesados y colocar en una fuente.
- En un tazón, mezclar todos los ingredientes del marinado y volcar sobre el *pollo*
- Dejar *marinar* durante 6 horas
- En una sartén, realizar un sofrito con la *cebolla*, el *tomate* y la pasta de *ajo* y *jengibre*
- Incorporar las *especias* y el yogurt.
- Luego añadir el caldo de *pollo* y cocinar a fuego suave.
- Mientras tanto, retirar el *pollo* del marinado y colocar en una bandeja
- Hornear a 180 ºC de 15 a 20 minutos
- Retirar e incorporar el *pollo* a la salsa y dejar un ratito más a fuego suave.

- Al comprar el *pollo*, elige aquel que tenga la piel rosada, húmeda y sin manchas
- Tampoco debe estar pegajosa y no debe haber demasiada grasa entre la piel y la carne
- Si es orgánico, se achicará menos en la cocción.
- Prepara caldo de pollo casero
- Siempre es más sabroso y saludable.
- Si lo deseas, antes de incorporar el *pollo*, puedes triturar la salsa.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-tikka-masala-chicken-tikka-masala