



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MURGH MAKHANI

<https://www.acunn.com>

- 1/3 su bardağı sade yağsız yoğurt
- 1 yemek kaşığı tandır masala tozu
- 1 1/2 pound kemiksiz, derisiz tavuk budu, 1 inçlik parçalar halinde kesilmiş
- 1/2 soğan, doğranmış
- 1 (1 inç) parça taze zencefil
- 1 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı su
- 3 yemek kaşığı yemeklik yağ, bölünmüş
- 2 çay kaşığı garam masala
- 1/4 çay kaşığı Hint biber tozu
- 1 su bardağı domates sosu
- 1 bardak yarım buçuk
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 çay kaşığı kuru çemen yaprağı
- 1 çay kaşığı tuz

Yoğurt ve tandır masala tozunu büyük bir kaptan iyice birleşene kadar karıştırın; tavuğu ekleyin ve eşit şekilde kaplamak için fırlatın. 1 saat buzdolabında marine edin. Fazla turşuyu boşaltın ve atın.

Soğanı, zencefili ve sarımsağı suyla pürüzsüz bir macun oluşana kadar blenderdan geçirin; bir kenara koyun. Orta ateşte büyük bir tavada 1 yemek kaşığı yağı ısıtın. Tavuğu kızgın yağda her tarafı hafif kızarana kadar yaklaşık 5 dakika pişirin. Tavadan çıkarın ve bir kenara koyun. Kalan 2 yemek kaşığı tavada ısıtın. Nem çoğunlukla buharlaşana kadar, yaklaşık 3 dakika, soğan ezmesini sıcak yağda kızartın. Garam masala ve biber tozunu karışımın üzerine serpin; 1 dakika daha pişirin. Domates sosunu karışıma dökün, ısıyı orta-düşük seviyeye düşürün ve 5 dakika daha pişirin. Tavuğu yarı yarıya ile birlikte tavaya geri koyun; kaynamaya getirin. Tereyağı, çemen otu yaprağı ve tuzu ekleyin; ısıyı düşük seviyeye düşürün ve tavuk parçaları ortası pembeleşene kadar, 15 ila 20 dakika arasında pişirin.

