



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TİKKA MASALA

500 gr kemiksiz tavuk kalça
10 gr kırmızı toz biber
5 gr garam masala
5 gr toz yeşil kakule
5 gr toz kimyon
2 limonun suyu
200 gr süzme yoğurt
1 gr portakal rengi gıda boyası
Tuz
Masala sosu için:
250 gr soğan
100 gr domates
50 gr domates püresi
50 gr süzme yoğurt
5 gr toz kırmızı biber
50 gr toz kişniş
5 gr kimyon tohumu
20 gr zencefil
20 gr sarımsak ezmesi
100 ml sıvıyağ
Tuz

Tavuğu bir tavaya alıp tuz, toz kırmızı biber, toz kakule ve limon suyu ile marine edin. Ocaktan alıp soğutun ve buzdolabında 6 saat bekletin. Süzme yoğurt, gıda boyası ve garam masalayı bir kaseye alıp karıştırın. Marine edilmiş tavukları ekleyip bu karışımla ovun. Tavukları önceden 250 dereceye ayarlanmış fırında 10 dakika ya da şişlere geçirip ızgarada iyice pişirin. Servis tabağına alın. Yağı bir tavada ısıtın. Tane kimyon ve soğanı ekleyip pembeleşinceye kadar kavurun. Zencefil ve sarımsağı ekleyip 5 dakika daha soteleyin. Tavukların üzerine ekleyip servis yapın.

