

CAZUELITA DE POLLO TANDOORI



INGREDIENTES

6 contramuslos deshuesados sin piel
3 dientes de ajo
2 cucharadas semillas de cilantro
1 cucharadita semillas de comino
1 cucharadita Garam masala
½ cucharadita nuez moscada
1 cucharada de pimentón dulce
¼ cucharadita granos pimienta negra
Cayena en polvo
Sal
Un trozo de jengibre fresco (3 cm.)
125 g yogurt natural
Zumo de un limón

ACOMPAÑAMIENTO

Pan naam

MODO DE HACERLO

Machacar en un mortero o un molinillo los ajos, las semillas, el Garam masala, la nuez moscada, el pimentón, la pimenta negra, la cayena y la sal. Amalgamar bien. Mezclar con el jengibre rallado, el zumo de limón y el yogurt, hasta lograr una pasta.

Adobar el pollo con esta pasta, cubrir con papel film y reservar en la nevera 12 horas.

Retirar el pollo de la marinada, extender sobre una bandeja refractaria y hornear a 180° aproximadamente 25 minutos. Mover de vez en cuando.

Servir caliente en cazuelitas individuales y acompañar de pan naam en trozos.