Diner

KIP TIKKA MASALA

INGREDIËNTEN

Aantal porties: 3 - 4

- 1 witte ui, in halve ringen gesneden
- 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- 1 chilipeper, zonder zaadlijsten in ringen gesneden
- 4 cm gember, geschild en gesneden
- 300 - 400 gr kippendijfilet
- 1 tl gemalen korianderzaad
- 1 tl gemalen kurkuma
- 1 el garam masala
- 1 tl komijn
- 1 tl paprikapoeder
- 0,5 tl chili poeder
- 1 kleine tl suiker
- 1 blikje tomatenpuree
- 1 blik tomatenblokjes
- 2 rode paprika's, gesneden
- 2 tomaten, in blokjes gesneden
- Rijst
- 6 eetlepels (Griekse) yoghurt
- Peper & zout
- Limoen
- Koriander

BEREIDINGSWIJZE

1. Snijd de kip in niet te kleine blokjes.
2. Verhit olie in een pan en bak de gesneden ui, knoflook en rode chilipeper met wat peper en zout aan op matig vuur. Roer af en toe door.
3. Als de ui goed is gaan zweten voeg dan de gesneden gember toe en bak dit ook even mee.
4. Voeg vervolgens de volgende kruiden toe: korianderzaad, kurkuma, garam masala, komijn, paprikapoeder en chilipoeder naar smaak. Bak deze kruiden vervolgens aan. Voeg eventueel wat extra olie toe aan de pan. Je wilt niet dat de kruiden verbranden.
5. Voeg ook een schepje suiker toe en doe daarna de tomatenpuree erbij. Bak dit even aan. Voeg dan een klein beetje van de tomatenblokjes uit blik er aan toe en roer dit door.
6. Kook ondertussen de rijst.
7. Doe dan alles vanuit de pan (schraap 'm goed leeg) in een keukenmachine en maal dit fijn. Je kunt het ook fijnmalen in een maatbeker met een staafmixer. Laat de saus hier vervolgens in zitten.
8. Verhit dezelfde pan opnieuw met olijfolie op hoog vuur. Voeg dan de blokjes kipdijfilet toe met wat zout, bak dit aan tot alles mooi is dichtgeschroeid.
9. Voeg vervolgens de paprika toe en bak dit mee.
10. Doe de saus vervolgens terug in de pan, voeg de gesneden tomaat en de rest van de tomatenblokjes toe en verwarm dit weer. Zet het vuur wat lager en voeg de yoghurt toe. Niet romig genoeg of te pittig? Voeg dan extra yoghurt toe.
11. Voeg de sap van een partje limoen toe.
12. Serveer met de rijst, verse koriander en extra partje limoen.