

Tandoori murgh

Kategorie: [Maso](#)

Autor: andrea



Suroviny

Porce: 4

- Kuře 1 ks
- Máslo 25 g
- Olej 2 lžíce
- Limetková šťáva 2 lžíce
- **Marináda č.1 :**
- Citronová šťáva 2 lžíce
- Zázvor - čerstvě strouhaný 1 lžíce
- Sůl 1 lžička
- Chilli koření 1 lžička
- Česnek 1 lžíce
- **Marináda č.2 :**
- Jogurt bílý 250 g
- Olej 1 dl
- koření Garam Masala 1 lžička
- Sůl 1 lžička
- Skořice 0.5 lžička
- Sladká paprika mletá 0.5 lžička

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Obtížné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Pečení

Zařazení: Oběd

Země: Indie

Počet porcí: 4

Postup:

Z kuřete stáhneme kůži a naporcujeme ho na 4 kusy. Nožem na každém kousku uděláme několik zářezů, aby se marináda lépe dostala do masa a maso se při pečení nekroutilo. V misce smícháme přísady na první marinádu, potřeme jí porce kuřete, vložíme je do cedníku a necháme 20 minut při pokojové teplotě odležet.

V další misce smícháme přísady na druhou marinádu, odleželé porce kuřete v ní důkladně obalíme a necháme v chladničce 2 - 3 hodiny odležet.

Marinované porce kuřete rozložíme na plech, vložíme do trouby vyhřáté na 200° C a pečeme asi 10 minut. Pak je potřeme polovinou másla s olejem a pečeme dalších 15 minut. Pečené maso vyjmeme z trouby a potřeme zbytkem másla a oleje. Pokapeme ho limetkovou šťávou a podáváme s čerstvou zeleninou nebo zeleninovým salátem.