Pikantní kuřecí špízy s marinádou Tandoori

Kategorie: Maso

Autor: adminrecepty

Suroviny

Porce: 4

- Kuřecí prsa 4 ks 600 g
- Sůl 1 špetka
- Pepř 1 špetka
- Citronová šťáva 3 lžíce
- Bílý jogurt 450 g
- Olej 2 lžíce
- Koření Tandoori 1 lžička
- Zázvoz strouhaný 2 lžička
- Česnek 2 stroužek
- Kmín mletý 0.5 lžička
- Koriandr 0.5 lžička
- Petrželka nasekaná 0.5 lžíce
- Máta nasekaná 0.5 lžíce

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Zařazení: Oběd

Země: Indie

Počet porcí: 4

Postup:

Maso důkladně opláchneme, osušíme kuchyňskou papírovou útěrkou, nakrájíme na dlouhé proužky a vložíme do větší mísy. Osolíme, okořeníme čerstvě umletým pepřem a pokapeme citronovou šťávou.

Necháme přibližně 30 minut uležet. 200 g jogurtu smícháme s olejem, kořením, zázvorem a prolisovaným česnekem. Vmícháme maso a dáme do ledničky marinovat přes noc. Oloupeme okurku, podélně ji rozpůlíme, odstraníme semínka a nastrouháme ji. Smícháme se zbytkem jogutu, s kmínem, koriandrem, solí a pepřem. Maso napícháme vlnovitě na dřevěné špejle a grilujeme je asi 8 - 10 minut za občasného obracení. Potíráme zbytkem marinády. Špízy tandoori podáváme s dipem, s rajčaty a s pita chlebem.