

Butter chicken med ponzu og garam masala

total tid **110 min.** 25 min. tilberedningstid 25 min. koketid 60 min. marineringsstid

Næringsinnhold (per porsjon):
2.005 kJ / 480 kcal

Fett: **24,3 g** Protein: **43,2 g**
Karbohydrater: **19,5 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

600 g	kyllingfilet
2	hvitløksfedd
1 stykke	ingefær, ca. 2 cm
2 ts	paprikapulver
8 ss	<u>Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer</u>
300 g	yoghurt
1 ts	cayennepepper
2 ts	garam masala
2	løk
3 ss	smør
7 dl	tomatpassata (på flaske eller boks)
2 ss	tomatpuré
200 g	fløte
1 klype	En klype malt kanel
2 ts	honning (eventuelt lønnesirup eller Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style)
	Persille til garnityr

TILBEREDNING

Steg 1

600 g kyllingfilet - **2** hvitløksfedd - **1 stykke** ingefær, ca. 2 cm - **2 ts** paprikapulver - **5 ss** Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer - **300 g** yoghurt - **1 ts** cayennepepper - **2 ts** garam masala
Skjær fileten i biter. For å lage marinaden, finhakk hvitløk og ingefær. Bland med paprikapulver, Kikkoman Ponzu Sitron, yoghurt, cayennepepper og garam masala. Legg kyllingbitene i marinaden og la stå i minst 1 time.

Forvarm stekeovnen til 200 °C. Legg den marinerte fileten i en ildfast form og stek i ovnen i ca. 25 minutter (eller stek i varm olje i en panne).

Steg 2

2 løk - **1,5 ss** smør - **7 dl** tomatpassata (på flaske eller boks) - **2 ss** tomatpuré
Skjær løken i terninger og sauter den i smeltet smør. Tilsett tomatpassata og tomatpuré og la det småkoke forsiktig i ca. 20 minutter. Rør om iblant.

Steg 3

1,5 ss smør - **200 g** fløte - **3 ss** Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer - **klype** En klype malt kanel - **2 ts** honning (eventuelt lønnesirup eller Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style) - Persille til garnityr
Ha den stekte fileten (sammen med marinaden om ønskelig) oppi tomatblandingen. Tilsett fløten og resten av smøret, og varm kort opp. Krydre med Kikkoman Ponzu Sitron, krydder og honning. Garner med persille og server.