KIKKOMAN

Баттер-чикен с понзу и гарам масалой

Общее время **110 мин** **25 мин** Время подготовки **25 мин** Время приготовления **60 мин** Время маринования

Пищевая ценность (на порцию):
2 005 кДж / **480 ккал**

Жиры: **24,3 г** Белки: **43,2 г**
Углеводы: **19,5 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

600 г	филе куриной грудки
2	зубчика чеснока
1 кусочек / шт.	имбиря, около 2 см
2 ч. л.	молотой паприки
8 ст. л.	цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон»
300 г	йогурта
1 ч. л.	кайенского перца
2 ч. л.	гарам масалы
2	луковицы
3 ст. л.	сливочного масла
700 мл	протёртых томатов
2 ст. л.	томатного пюре
200 г	сливок
1 щепотка	молотой корицы
2 ч. л.	мёда (или кленового сиропа, или сладкой мирин приправы Kikkoman)
	Петрушка для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

600 г филе куриной грудки - **2** зубчика чеснока - **1 кусочек / шт.** кусочек имбиря, около 2 см - **2 ч. л.** молотой паприки - **5 ст. л.** цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон» - **300 г** йогурта - **1 ч. л.** кайенского перца - **2 ч. л.** гарам масалы
Нарежьте филе кусочками. Для маринада мелко нарубите чеснок и имбирь и смешайте с паприкой, соусом Понзу Kikkoman Лимон, йогуртом, кайенским перцем и гарам масалой. Замаринуйте курицу в получившейся смеси минимум на 1 час.

Разогрейте духовку до 200˚C. Положите замаринованное филе в жароустойчивую посуду и запекайте около 25 минут (или обжарьте в горячем масле на сковороде).

Шаг 2

2 луковицы - **1,5 ст. л.** сливочного масла - **700 мл** протёртых томатов - **2 ст. л.** томатного пюре
Нарежьте лук кубиками и обжарьте его в растопленном сливочном масле. Добавьте протёртые томаты и томатное пюре и тушите около 20 минут, периодически помешивая.

Шаг 3

1,5 ст. л. сливочного масла - **200 г** сливок - **3 ст. л.** цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон» - **1 щепотка** молотой корицы - **2 ч. л.** мёда (или кленового сиропа, или сладкой мирин приправы Kikkoman) - Петрушка для украшения
Добавьте обжаренное филе (с маринадом, если

хотите), оставшееся сливочное масло, сливки и недолго прогрейте. Приправьте соусом Понзу Kikkoman Лимон, специями и мёдом, украсьте петрушкой и подавайте.