



Indisk gryderet med kylling

Det er ingen hemmelighed at jeg elsker mad med en masse krydderier i. Det er dog ikke så tit at jeg kaster mig ud i det indiske køkken. Denne her ret kræver en del krydderier (som du måske ikke ligger inde med), til gengæld smager den så godt - at jeg lover du nok skal få brugt de mange krydderier ☐

Ingredienser

- 5 fed hvidløg
- 3 løg
- Olie/smør til stegning
- 650 g kyllingebryst
- 2 spsk. spidskommen
- 1 spsk. stødt koriander
- 2 spsk. garam masala
- 1 tsk. stødt kanel
- 2 laurbærblade
- 8 kardemommekapsler (alternativt 1 tsk. stødt kardemomme)
- 2 store ds kokosmælk (dem på størrelse med dåsetomater)
- 1 lille ds. tomatpure (140 g)
- 1 dl vand
- 1 dl creme fraiche 18 %
- Salt og peber

evt. ris som tilbehør

Fremgangsmåde

1. Først mases kardemommekapslerne i en morter, fjern dernæst 'kapslen' og behold kornene indeni. Mas kornene med morteren. Tilføj de øvrige krydderier: koriander, garam masala, kanel, spidskommen.
2. Pil og hak løg og hvidløgene fint.
3. Skær kyllingen ud i små tern.
4. Find en høj pande og kom lidt fedstof i bunden (smør eller olie).
5. Steg løg og hvidløg i et par minutter.
6. Tilføj kyllingen og brun den af i et par minutter, blot til siderne lige får lidt farve.
7. Kom krydderierne deri samt laurbærblade.
8. Nu tilsættes kokosmælk, tomatpuré og vand.
9. Kog væsken op og tilføj creme fraiche og smag til med salt og peber.
10. Skru ned på svag varme og lad retten simre under låg i ca. 20 minutter.
11. Serveres eks. med ris (det kan med fordel sættes over imens gryderetten simrer).