

Köri Soslu Tavuk

Geleneksel Hint usulü köri soslu tavuk tarifi. Baharatlarla zenginleştirilmiş kremi sos ve yumuşacık tavuk eti. 6 kişilik kolay tarif.

20 min

HAZIRLIK

40 min

PIŞIRME

1h

TOPLAM

6

PORSİYON

Easy

ZORLUK

Malzemeler

- 2 libre tavuk eti
- 1 bardak zeytinyağı
- 1 bardak soğan
- 1 yemek kaşığı sarımsak
- 1 domates
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 yemek kaşığı köri
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 1 çay kaşığı kişniş
- 1 çay kaşığı arnavut biberi
- 1 yemek kaşığı taze limon suyu
- 1 çay kaşığı garam masala çeşni
- 2 çay kaşığı tuz

Yapılışı

1 Prepare the chicken

Cut 2 pounds of chicken into bite-sized pieces. Season with salt and let rest at room temperature for 10 minutes.

2 Brown the chicken

Heat 1 tablespoon oil in a large skillet or heavy-bottomed pot over medium-high heat until shimmering. Add chicken pieces in batches, browning on all sides until golden, about 6-8 minutes total per batch. Transfer browned chicken to a plate.

3 Cook the aromatics

Reduce heat to medium and add chopped onion to the same pan. Cook until soft and translucent, about 5-6 minutes, stirring occasionally.

4 Add spices

Add 1 teaspoon each of ground coriander, turmeric, cumin, and chili powder plus 1 tablespoon curry powder to the onions. Stir constantly for 1 minute until fragrant and the spices darken slightly.

5 Build the sauce

Add 1 cup yogurt and 1 cup tomato puree to the spice mixture. Stir well to combine and bring to a gentle simmer, about 3-4 minutes.

6 Simmer the curry

Return browned chicken to the pan and add enough water to barely cover the chicken, about 1/2 cup. Bring to a boil, then reduce heat to low.

7 Finish cooking

Cover and simmer on low heat for 20-25 minutes until chicken is tender and sauce has thickened. Stir occasionally and add more water if needed to prevent sticking.

8 Final seasoning

Sprinkle 2 teaspoons garam masala over the curry and stir gently. Taste and adjust salt as needed. Remove from heat and serve hot with rice or naan.

Besin Değerleri

218	38g	12g	24g	3g	8g	1,370mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Baharatları kuru tavada hafifçe kavurmak, aromalarını açığa çıkarır ve yemeğin lezzetini artırır. Bu işlemi baharatlar hafif renk alana kadar yapın, yanmamasına dikkat edin.

Tavuk etini pişirmeden önce oda sıcaklığına getirin. Soğuk etten direkt pişirme işlemine başlamak, etin eşit pişmesini engeller ve sertleşmesine neden olabilir.

Köri sosu çok koyulaştığında az miktarda sıcak su veya tavuk suyu ekleyerek kıvamını ayarlayabilirsiniz. Sos çok sulu kaldıysa kapaksız olarak birkaç dakika daha pişirin.

Yoğurt eklerken sos kaynadığında değil, sıcaklığı biraz düştüğünde ekleyin. Çok sıcak sosa eklenen yoğurt kesilip pıhtılaşabilir.

Taze kişniş ve limon suyunu en son aşamada ekleyin. Bu malzemeler çok pişirilirse hem renkleri kararır hem de aromatik özellikleri kaybolur.

Köri soslu tavuğun ertesi gün tadı daha da güzel olur. Baharatların iyice nüfuz etmesi için mümkünse bir gece bekletin ve ertesi gün servis edin.

Daha kremsi bir sos için 1-2 yemek kaşığı tereyağı veya krema ekleyebilirsiniz. Bu özellikle çocuklar için baharatların keskinliğini yumuşatır.