Poulet tikka masala

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

4 gousses d'ail
2 centimètres de gingembre (râpé)
2 cuillerées à thé garam masala (mélange d’épices indiennes)
1 cuillerée à thé de cumin en poudre
1 cuillerée à thé de coriandre en poudre
1 petit bocal de yaourt (entier)
1 cuillerée à thé fleur de sel (ou de gros sel de mer)
4 filets de poulet (détaillés en petits dés)
2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
1 oignon (finement émincé)
1 boîte de pâte de tomate
1 boîte de tomates pelées
1 petit bocal de lait de coco
1 piment rouge (coupé en rondelles)
coriandre fraîche
sel et poivre

Méthode de préparation

1. **Mélangez dans un bol les gousses d’ail pressées, le gingembre, le garam masala, le cumin et la coriandre en poudre.**
2. **Dans un autre bol, mélangez la moitié de ce mélange d’épices avec le yaourt. Ajoutez les morceaux de poulet, couvrez, et laissez mariner quelques heures au réfrigérateur.**
3. **Couvrez le bol contenant le reste des épices et placez-le également au réfrigérateur.**

4. **Faites chauffer les 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide dans une casserole au fond épais. Faites-y revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Ajoutez le concentré de tomates et mélangez bien. Ajoutez ensuite les épices restantes conservées au réfrigérateur et laissez cuire le mélange 4 minutes en remuant. Ajoutez les tomates pelées et écrasez-les pour les réduire en purée. Laissez mijoter 10 minutes et ajoutez ensuite la crème de coco. Laissez réduire le tout sans couvrir.**

5. **Posez entre-temps les morceaux de poulet sur une plaque de cuisson et passez-les 10 minutes sous le gril préchauffé. Ajoutez-les à la sauce et laissez mijoter 10 minutes. Assaisonnez de poivre et de sel.**

6. **Terminez avec la coriandre et le piment.**