



Tikkagryde med Naan-brød

(Passende til den store gryde i en trangia)

Ingredienser Tikka-gryde

1 fed hvidløg
2 løg
2 cm frisk ingefær
1 lime
1 spsk olie
2,5 dl madlavningsfløde 18%
2 dl yoghurt eller creme fraiche
1 lille dåse koncentreret tomatpure
½ tsk chiliflager
1 tsk salt
½ tsk peber
3 tsk gurkemeje
1 tsk spidskommen
2 tsk koriander
½ tsk kanel
250 g kyllingebryst eller oksefilet

Ingredienser Naan-brød

1 tsk bagepulver
1,5 tsk salt
5 dl mel
0,5 dl varmt vand
2 dl yoghurt eller creme fraiche
2 spsk olie
2 spsk nigellafrø eller sesamfrø





Fremgangsmåde

Pil/skræl ingefær og hvidløg og hak fint

Rør yoghurt, saften fra lime, sammen med ingefær og hvidløg i en skål

Tilsæt 2 tsk gurkemeje (IKKE det hele), spidskommen, koriander, salt, peber, kanel og chiliflagerne. – rør godt sammen

Skær kødet i tynde strimler og læg det i skålen med yoghurtblandingen – rør det sammen og lad det stå og marinere.

Vask fingre og værktøj efter håndtering af råt kød !

Nu er det tid til at lave dej til brød

Bland mel, salt og bagepulver

Rør olien i

Tilsæt yoghurt og vand og arbejd det sammen til en dej

...lad dejen hvile

Nu fortsætter I med Tikka-gryden

Hak løg i små tern

Kom løg og olie i en gryde og varm den op

Tilsæt resten af gurkemejen (1 tsk)

Efter et par minutter på varmen tilsættes yoghurtblandingen med kød

Steg indtil næsten alt yoghurten er væk eller til kyllingen er gennemstegt imens der røres (20 – 30 min)

Når næsten alt yoghurt er væk tilsættes tomatpure og madlavningsfløde og retten koger sammen – ca 10 minutter

Imens tikka-gryden tilberedes laves naanbrødene klar til stegning

...som små flade "pandekager" – ca 1 cm tykke, rulles af dejklumper på størrelse med en

bordtennisbold. de bages som det sidste på panden ved ikke alt for kraftig varme i rigeligt olie,

Brødene er færdige når de er lysebrune på begge sider – der drysses nigellafrø (eller sesamfrø) på dem lige når de er færdigbagt

Velbekomme ☺

