

Butter chicken com ponzu e garam masala

Tempo total **110 Mins.** 25 Mins. Tempo de preparação **25 Mins.** Tempo de confeção **60 Mins.** Tempo de marinada

Informação nutricional (por porção)
2.005 kJ / 480 kcal

Gorduras totais: **24,3 g** Proteína: **43,2 g**
Hidratos de carbono: **19,5 g**

INGREDIENTES

4 Porções

600 g de lombinhos de frango
2 dentes de alho
1 peça pedaço de gengibre com cerca de 2 cm
2 colheres de chá de paprica em pó
8 colheres de sopa Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
300 g de iogurte
1 colheres de chá de pimenta caiena
2 colheres de chá de garam masala
2 cebolas
3 colheres de sopa de manteiga
700 ml de tomates coados (garrafa ou lata)
2 colheres de sopa de polpa de tomate
200 g de natas
1 pitada de canela em pó
2 colheres de chá de mel (ou xarope de ácer ou Tempero Doce de Cozinha Kikkoman Mirin)
Salsa para decorar

PREPARAÇÃO

Passo 1

600 g de lombinhos de frango - **2** dentes de alho - **1 peça** de gengibre com cerca de 2 cm - **2 colheres de chá** de paprica em pó - **5 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - **300 g** de iogurte - **1 colheres de chá** de pimenta caiena - **2 colheres de chá** de garam masala

Corte os lombinhos em pedaços. Para a marinada, pique bem o alho e o gengibre. Misture com a paprica em pó, o Kikkoman Ponzu Limão, o iogurte, a pimenta caiena e o garam masala. Misture com o frango e deixe marinar durante, pelo menos, 1 hora. Pré-aqueça o forno a 200 °C. Coloque os lombos marinados num prato de ir ao forno e asse durante cerca de 25 minutos (ou frite em óleo quente numa frigideira).

Passo 2

2 cebolas - **1,5 colheres de sopa** de manteiga - **700 ml** de tomates coados (garrafa ou lata) - **2 colheres de sopa** de polpa de tomate

Pique as cebolas e refogue-as na manteiga derretida. Adicione os tomates coados e a polpa de tomate e deixe cozinhar em lume brando durante cerca de 20 minutos, mexendo de vez em quando.

Passo 3

1,5 colheres de sopa de manteiga - **200 g** de natas - **3 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - **pitada** Uma pitada de canela em pó - **2 colheres de chá** de mel (ou xarope de ácer ou Tempero Doce de Cozinha Kikkoman Mirin) - Salsa para decorar

Adicione os lombinhos assados (com a marinada,

se quiser), a restante manteiga e as natas e aqueça brevemente. Tempere com o Kikkoman Ponzu Limão, as especiarias e o mel, decore com a salsa e sirva.