

# Caril Massaman com frango, batatas e amendoins

Tempo total **30 Mins.** 10 Mins. Tempo de preparação 20 Mins. Tempo de confecção

Informação nutricional (por porção)  
**2.615 kJ / 629 kcal**

Gorduras totais: **41,9 g** Proteína: **37 g**  
Hidratos de carbono: **23,6 g**

## INGREDIENTES

### 4 Porções

|                           |                                                                        |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>400 g</b>              | de lombinhos de frango                                                 |
| <b>400 g</b>              | de batatas                                                             |
| <b>1</b>                  | cebola                                                                 |
| <b>1 peça</b>             | de gengibre, 2 cm                                                      |
| <b>1</b>                  | dente de alho                                                          |
| <b>2 colheres de sopa</b> | <u>Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado</u>                                 |
| <b>100 g</b>              | de amendoins                                                           |
| <b>1 colher de sopa</b>   | de pasta de caril (Massaman)                                           |
| <b>400 ml</b>             | de leite de coco                                                       |
| <b>2 colheres de sopa</b> | de pasta de amendoim (ou manteiga de amendoim)                         |
| <b>2 colheres de chá</b>  | de açúcar mascavado ou mel (ou Tempero de Cozinha Doce Kikkoman Mirin) |
| <b>4 colheres de sopa</b> | <u>Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão</u>                              |
| <b>3 colheres de sopa</b> | <u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente</u>                  |
| <b>0,5 punhado</b>        | de coentros                                                            |

## PREPARAÇÃO

### Passo 1

**400 g** de lombinhos de frango - **400 g** de batatas - **1** cebola - **1 peça** de gengibre, 2 cm - **1** dente de alho

Seque os lombinhos de frango e corte-os em pedaços de cerca de 2 cm. Descasque, lave e corte as batatas em cubos grosseiros. Corte a cebola em rodelas finas. Pique bem o gengibre e o alho.

### Passo 2

**2 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado **70 g** de amendoins - **1 colher de sopa** de pasta de caril (Massaman) - **400 ml** de leite de coco - **2 colheres de sopa** de pasta de amendoim (ou manteiga de amendoim) - **2 colheres de chá** de açúcar mascavado ou mel (ou Tempero de Cozinha Doce Kikkoman Mirin) - **4 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão **3 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente

Salteie os lombinhos de frango no óleo de sésamo Kikkoman aquecido. Adicione a cebola, o gengibre e o alho e deixe refogar um pouco. Adicione as batatas, os amendoins e a pasta de caril, mexa brevemente e deglaceie com o leite de coco. Adicione a pasta ou manteiga de amendoim, o açúcar, o Kikkoman Ponzu Limão e o Molho de Soja Kikkoman e deixe cozinhar em lume brando durante cerca de 20 minutos. Se o molho ficar demasiado espesso, adicione um pouco de água.

### Passo 3

**0,5 punhado** de coentros - **30 g** de amendoins  
Pique grosseiramente os coentros e os amendoins. Torre os amendoins numa frigideira pequena até

ficarem dourados. Decore o caril com os coentros e os amendoins picados e sirva.