



Italialainen broileripata

Aineet: 3 rkl voita tai öljyä
3 sipulia
10 mustapippuria
1 tl kardemummaa
1 tl paprikaa
1 tl chilijauhetta
1/2 tl currya
3 palaa kanelitankoa
2 tl raastettua tuoretta inkivääriä
(tai 1/2 tl kuivattua)
3 valkosipulinkynttä
2 pkt (n. 600 g) broilerin fileepihviä
2-3 dl maustamatonta jogurtia
2 tl vehnäjauhoja
(suolaa)

Valmistus: Kuutioi broilerin fileepihvit. Kuumenna rasva padassa. Lisää sipulilohkot, valkosipuliviipaleet ja mausteet. Ruskista pari minuuttia. Lisää pataan broilerikuutiot ja paista kauniin ruskeiksi. Sekoita jogurtin joukkoon vehnäjauhot juoksettumisen estämiseksi ja lisää jogurtti pataan. Hauduta miedolla lämmöllä kannen alla noin 10 minuuttia. Tarjoa riisin, esimerkiksi basmati- tai jasmiiniriisin kera.

www.superkokki.com