

# Цыплёнок «Карма» (индийская кухня)

*3 куриные грудки без кожи и костей, нарезанные кубиками, 1-2 головки репчатого лука, нарезанные тонкими кружочками, 6 рубленых зубчиков чеснока, 1 чайная ложка имбиря, 3/4 чайной ложки тмина, 1/2 чайной ложки семян кориандра, 1/2 чайной ложки семян горчицы, 1/2 чайной ложки чили, 3 ст. ложки молотого миндаля, 1/4 чайной ложки молотой гвоздики, 1/4 чайной ложки корицы, 1/2 стакана йогурта. 1/2 стакана нарезанной кинзы или петрушки, 1 ст. ложка лимонного сока.*

В большой тяжелой сковороде на среднем огне растопить сливочное масло. Потушить в нём лук и чеснок, пока лук не станет мягким.

Добавить имбирь, кориандр, семена горчицы, чили и варить 2 минуты. Затем положить туда куриное мясо и тушить, постоянно помешивая, пока мясо не побелеет.

Добавить миндаль, соль, молотую гвоздику. Тушить курицу ещё 1 минуту.

Добавить йогурт и хорошенько перемешать. Убавить огонь и томить 1 час. Перед подачей к столу положить нарезанную кинзу, добавить лимонный сок и всё хорошенько перемешать.