

دجاج بالزبدة الهندي



إعداد

1. في وعاء طبخ متوسط الحجم، تُشوح شرائح الدجاج في الزيت حتى يصبح لونها ذهبياً. يُضاف معجون الطماطم ويترك المزيج لمدة 1-2 دقيقة.
2. يُضاف 3 ملاعق طعام كبيرة من معجون الطهي الهندي من ماجي®، الماء، الكاجو، ويترك المزيج على نار متوسطة لمدة 25 دقيقة حتى ينضج الدجاج بالكامل.
3. تُضاف كريمة الطبخ ويُترك بعدها المزيج على النار لمدة 10 دقائق.
4. يُقدم مخني الدجاج في طبق ويُزين بالكزبرة المفرومة. يُقدم بجانبه خبز براتا أو أرز أبيض.

المكونات

- غ صدر الدجاج مقطع
- م ك زيت دوار الشمس
- غ الطماطم المهروسة مع العصير
- م ك معجون الطهي الهندي من ماجي®
- أكواب ماء
- م ك كاجو
- 1/2 2/1 كوب كريمة الطبخ قليلة الدسم
- م ك أوراق الكزبرة المفرومة
- متوسطة طماطم، مقطّعة إلى مكعبات
- متوسطة خيار
- 1/3 3/1 رأس خس
- متوسط عصير الليمون، معصوراً طازجاً
- م ك زيت زيتون
- رشّة ملح

30 الدقائق

أشخاص 6

33.52 غ	Carbohydrates
475.33 كيلو سعرة حرارية	Energy
32.11 غ	Fats
31.4 غ	Fiber
23.19 غ	Protein
16.6 غ	Saturated Fats
783.93 مغ	Sodium
77.7 غ	Sugars