

# POULET TIKKA MASALA



Par

**Bobby Flay**

Dans

**Qui peut battre Bobby Flay ?**


## INGRÉDIENTS :


- 50 cl de yaourt à la grecque
- 3 cuil. à soupe de poudre de piment type Ancho
- 2 cuil. à café de cumin moulu
- 2 cuil. à café de coriandre moulue
- 2 cuil. à café de graines de fenouil
- 2 cuil. à café de curcuma moulu
- 1 cuil. à café de cardamome
- 1 cuil. à café de clous de girofle moulus
- 1 cuil. à café de poivre de Cayenne
- 1 cuil. à café de poivre noir moulu (+ pour l'assaisonnement)
- 2 gousses d'ail, émincées
- 1 cuil. à café de gingembre frais émincé finement
- 6 filets de poulet désossés, sans peau
- sel
- 12 cl de ghee (beurre clarifié)


## RECETTE :

1. Mélangez le yaourt, avec l'ail et le gingembre dans un grand plat de cuisson. Incorporez les épices (retirez les gousses de cardamome et pilez les graines). Ajoutez le poulet et enrobez-le bien pour le recouvrir du mélange. Couvrez et entreposez au réfrigérateur pendant au moins 8 h et 24 h tout au plus.
2. Préchauffez le gril du four. Chemisez la plaque avec du papier cuisson ou aluminium et badigeonnez-le de beurre clarifié. Retirez le poulet de la marinade et retirez bien l'excédent avant de les placer en une seule couche sur la plaque. Enduisez-les de beurre clarifié puis assaisonnez des deux côtés. Enfournez haut dans le four et faites-les cuire 4 min sur chaque face environ ou jusqu'à ce que le poulet soit bien doré.
3. Retirez le poulet du four et placez-le sur une planche à découper. Laissez-le reposer pendant 5 min avant de le tailler en grosses tranches de 2,5 cm. Dressez-le dans un plat ou sur assiettes.

## PRÉPARATION :

 20 minutes

 10 minutes

 6 personnes

 Moyen