

Recept van Asha voor de pompoen en de kip : ↓

Ingrediënten:

- * 2 fles pompoenen
- * 1 kilo aardappelen
- * 10 á 12 grote uien
- * Flinke scheut gemalen komijn
- * Flinke scheut komijnzaad
- * 10 tenen knoflook
- * 2 theelepels Garam Masala
- * Flinke scheut Masala
- * Flinke scheut Turmeric (kurkuma)
- * 750ml lauwwarm water
- * 2 kilo kipfilet
- * 1/4 potje zout



To do:

- ① Schil de pompoen, zie video voor uitleg.
- ② Snijd de pompoen in grove stukken, verwijder wel de pitten
- ③ Snijd de kipfilet in stukken van ongeveer 1cm bij 1cm.
- ④ Schil alle uien, LET OP, nog niet hakken of snijden, anders verliezen ze de lekkere smaak!
- ⑤ Zet twee grote koekenpannen op het "vuur" en verwarm in beide een flinke scheut olijfolie.
- ⑥ Snijd nu alle ui en knoflook en verdeel dit over de twee pannen (beide ongeveer de helft)
- ⑦ Voeg in 1 pan de komijnzaad toe, dit word de pan voor de pompoen.
- ⑧ Voeg in de andere pan de Garam Masala, de gewone Masala , een scheut komijnzaad, het gemalen komijnzaad en de Turmeric toe
- ⑨ In de pan voor de pompoen voeg je de gewassen pompoen toe, en laat dit stomen.
- ⑩ In de pan met de kruiden voeg je nog wat extra olijfolie toe en vervolgens de gesneden kipfilet
- ⑪ Voeg nu aan de pompoen ongeveer 250ml water aan toe en laat weer doorstomen
- ⑫ Voeg ook een flinke scheut zout toe
- ⑬ Voeg ook zout toe aan het kipmengsel!
- ⑭ Laat alles zachtjes gaarstomen en de kip ook zachtjes goed gaar bakken !
- ⑮ Ondertussen kun je het roti deeg maken, zie volgende recept en/of video!