

Курица в йогурте с имбирём



Что нужно:

- куриное филе - 1 кг;
- йогурт - 1 стакан;
- имбирь - 1 корень (100 г);
- кешью - 100 г;
- чеснок - 1 зубчик;
- зел. лук - 1 пучок;
- корица - 1 щепотка;
- кукурузная мука - 1 ч. л.;
- сок половины лимона;
- сливки (жирные) - 1 ст. л.;
- соль, по вкусу.

Время приготовления: 15 мин.

Описание

Приготовление

1. Орешки, имбирь (удобнее всего имбирь чистить чайной ложкой, соскабливая кожуру), чеснок и 1 стакан воды смешиваем в блендере до однородного состояния;
2. Нарезаем куриное филе кубиками и обжариваем вместе с корицей 10 минут;
3. Добавляем йогурт, наш имбирный соус, 1/2 стакана воды, соль и тушим 30 минут;
4. Добавляем сливки, лимонный сок, перемешиваем и выключаем огонь (даём настояться на плите ещё 20 минут).