



Tandoori kip

Kippenbouten gemarineerd in kruidige yoghurt en gegrild tot ze mooi kleuren. Mager, eiwitrijk en vol smaak.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	30'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

- 8 kippenbouten (of drumsticks)
- 250 gr yoghurt (natuur)
- 2 el tandoorikruiden
- 1 el gemberpasta
- 3 teentjes look, geperst
- 1 kl kurkuma
- 1 kl garam masala
- 0,5 kl chilipoeder
- sap van 1 citroen

zout

1 el olie

Bereidingswijze

1. Snijd enkele diepe insnijdingen in de kippenbouten zodat de marinade goed intrekt.
 2. Meng de yoghurt met de tandoorikruiden, gember, look, kurkuma, garam masala, chilipoeder, citroensap, olie en zout.
 3. Wrijf de kip goed in met de marinade en laat minstens 30 minuten (liefst enkele uren) rusten in de koelkast.
 4. Verwarm de oven voor op 200 graden. Leg de kip op een met bakpapier beklede plaat.
 5. Bak de kip 30 minuten tot ze gaar is en de randen mooi donker kleuren. Draai halverwege om.
 6. Serveer met een frisse raita en partjes citroen.
-

Ontdek meer recepten op kookpot.be