

# Máslové kuře s ponzu a garam masalou

Celkový čas vaření **110 min.** 25 min. Doba přípravy **25 min.** Doba vaření **60 min.** Doba marinování

Nutriční hodnoty (na porci):  
**2.005 kJ / 480 kcal**

Tuky: **24,3 g** Bílkoviny: **43,2 g**  
Sacharidy: **19,5 g**

## INGREDIENCE

### 4 Porce

**600 g** kuřecích prsou  
**2** stroužky česneku  
**1 kus** zázvoru, cca 2 cm  
**2 čajové lžičky** sladké papriky  
**8 polévkové lžíce** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka  
**300 g** jogurtu  
**1 čajová lžička** kajenského pepře  
**2 čajové lžičky** garam masaly  
**2** cibule  
**3 polévkové lžíce** másla  
**700 ml** pasírovaných rajčat (balení ve skle nebo z plechovky)  
**2 polévkové lžíce** rajčatového protlaku  
**200 g** smetany  
**1 špetka** mleté skořice  
**2 čajové lžičky** medu (nebo javorového sirupu, případně Kikkoman Sladkého mirin dochucovadla)  
petržel na ozdobu

## POSTUP PŘÍPRAVY

### Krok 1

**600 g** kuřecích prsou - **2** stroužky česneku - **1 kus** zázvoru, cca 2 cm - **2 čajové lžičky** sladké papriky - **5 polévkové lžíce** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - **300 g** jogurtu - **1 čajová lžička** kajenského pepře - **2 čajové lžičky** garam masaly  
Kuřecí prsa nakrájejte na menší kousky. Na marinádu nejmenno nasekejte česnek a zázvor. Smíchejte je se sladkou paprikou, Kikkoman Ponzu citrónovou sójovou omáčkou, jogurtem, kajenským pepřem a garam masalou. Vložte maso do marinády a nechte odležet alespoň 1 hodinu. Předehřejte troubu na 200 °C. Naložené maso přendejte do zapékací misky a pečte přibližně 25 minut (nebo opečte na pánvi v rozpáleném oleji).

### Krok 2

**2** cibule - **1,5 polévková lžíce** másla - **700 ml** pasírovaných rajčat (balení ve skle nebo z plechovky) - **2 polévkové lžíce** rajčatového protlaku  
Cibuli nakrájejte nadrobno a orestujte ji na rozpuštěném másle. Přidejte pasírovaná rajčata a rajčatový protlak a za občasného míchání nechte na mírném ohni probublávat přibližně 20 minut.

### Krok 3

**1,5 polévková lžíce** másla - **200 g** smetany - **3 polévkové lžíce** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - **špetka** špetka mleté skořice - **2 čajové lžičky** medu (nebo javorového sirupu, případně Kikkoman Sladkého mirin dochucovadla) - petržel na ozdobu  
Přidejte upečené maso (včetně marinády, pokud chcete), zbylé máslo a smetanu a krátce prohřejte. Dochutte Kikkoman Ponzu citrónovou sójovou

omáčkou, kořením a medem. Na závěr ozdobte nasekanou petrželí a podávejte.