

BEEF PASANDA

Ingredienti per 4 persone:

- 750 g di carne di manzo tagliata a cubi,
- 1 limone,
- 2 cucchiaini di sale,
- 1 vaso da 1/2 kg di yogurth intero naturale,
- 2 cipolle,
- 2 cucchiaini di curcuma,
- 1 cucchiaino di cumino in polvere,
- 2 cucchiaini di paprica,
- 1 cucchiaino di peperoncino in polvere,
- 1 pezzo di zenzero fresco (lunghezza 5 cm),
- 2 spicchi di aglio,
- 3 cucchiaini di garam masala (mistura di spezie).

Iniziare la preparazione il giorno prima.

Mettere la carne in una scodella con il succo del limone e il sale e mescolare bene.

Lasciare riposare un ora.

Aggiungere lo yogurth e mescolare bene con la carne.

Coprire la scodella con pellicola e mettere il tutto a marinare nel frigo per una notte.

Scaldare dell'olio in una pentola pesante, affettare le cipolle finemente e friggere finché sono morbide.

Aggiungere tutte le spezie eccetto il Garam Masala.

Pelare l'aglio e lo zenzero ed affettare finemente.

Aggiungere in pentola e friggere rimestolando per 5 minuti circa.

Aggiungere la carne e tutto il liquido della marinata.

Mescolare bene per coprire tutto con la mistura di spezie.

Se risulta troppo secco, aggiungere un po' d'acqua, coprire e cuocere a fuoco lento per 1 ora e mezza.

Venti minuti prima della fine della cottura aggiungere il Garam Masala e mescolare.

Servire con riso Basmati.