

Chicken Tikka

Masala Casero

⌚ Prep: 25m 🔥 Cocción: 35m ❄️ Reposo: 1h ⚡ Total: 120m 🍽️ 6 porciones



Ref. visual: Food Wishes (Chef John)

MISE EN PLACE / INGREDIENTES

[17]

- ☐ 2 lbs

Contramuslos de pollo deshuesados en trozos de 1.5 pulgadas
- ☐ 6 dientes

Dientes de ajo frescos finamente rallados
- ☐ 2 cucharadas

Garam masala aromático
- ☐ 1 cucharadita

Cilantro seco molido (coriandro)
- ☐ 0.5 cucharadita

Pimienta de cayena o chile Kashmiri en polvo
- ☐ 3 cucharadas

Mantequilla sin sal o ghee
- ☐ 1 lata (28 oz)

Tomates triturados enlatados de buena calidad (San Marzano o Muir Glen)
- ☐ 1 cucharada

Hojas secas de fenogreco (Kasoori Methi)
- ☐ 3 tazas

Arroz basmati blanco cocido al vapor, para servir
- ☐ 0.75 taza

Yogur griego natural entero sin azúcar (Fage Total 5%)
- ☐ 2 cucharadas

Jengibre fresco pelado y finamente rallado
- ☐ 2 cucharaditas

Comino molido
- ☐ 1 cucharadita

Cúrcuma en polvo
- ☐ 2 cucharaditas

Sal kosher
- ☐ 1 grande

Cebolla amarilla grande finamente picada
- ☐ 0.75 taza

Crema espesa (Heavy whipping cream)
- ☐ 0.25 taza

Cilantro fresco picado

🛒 GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Hojas de Fenogreco (Kasoori Methi): Swad Kasoori Methi Leaves

El ingrediente secreto que da a los currys de restaurante su aroma característico. • 📍 Pasillo étnico o mercado indio.

Garam Masala: Rani Garam Masala Indian Spice Blend

Mezcla cálida de cardamomo, canela, clavo y nuez moscada sin rellenos. • 📍 Pasillo de especias.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Marinar el Pollo

⌚ 1h (60m)

Mezcla el yogur griego con la mitad del ajo y jengibre rallados, la mitad del garam masala, comino, cilantro molido, cúrcuma, cayena y sal kosher. Sumerge el pollo y refrigera 1 hora (60 minutos de reposo).

✓ Control: Pollo cubierto de marinada aromática espesa.
- 2

Asar con Efecto Tandoor

⌚ 12 min

Coloca el pollo en una rejilla sobre la bandeja. Asa bajo el asador del horno (broiler) a fuego máximo durante 10 a 12 minutos hasta que los bordes se chamusquen ligeramente y alcance $\geq 165^{\circ}\text{F}$ (74°C).

✓ Control: Pollo con marcas ahumadas en la superficie.
- 3

Preparar la Salsa Masala

⌚ 18 min

En la cacerola derrite la mantequilla o ghee y sofríe la cebolla amarilla picada 8 minutos hasta dorar. Añade el resto del ajo, jengibre y garam masala junto con los tomates triturados; hierva a fuego suave 15 minutos.

✓ Control: Salsa de tomate espesa y fragante.
- 4

Crema y Terminado

⌚ 5 min

Incorpora la crema espesa y las hojas de fenogreco frotadas entre las manos. Añade el pollo asado con sus jugos y cocina a fuego lento 5 minutos hasta alcanzar 175°F – 185°F (79°C – 85°C) para máxima ternura. Decora con cilantro fresco y sirve con arroz basmati al vapor.

✓ Control: Salsa naranja sedosa con pollo súper tierno.

🛡️ SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 165°F (74°C) MÍNIMO OFICIAL OBLIGATORIO DEL USDA PARA AVES DE CORRAL

Seguridad Alimentaria USDA ($\geq 165^{\circ}\text{F}$ / 74°C) vs Textura Culinaria de Muslos (175°F – 185°F / 79°C – 85°C): Toda ave debe alcanzar un mínimo obligatorio de 165°F (74°C) para eliminar Salmonella y Campylobacter. En muslos y piezas con hueso, continuar la cocción hasta 175°F – 185°F (79°C – 85°C) disuelve el tejido conectivo para lograr una carne mucho más tierna y jugosa.

👁️ SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:

Trozos de pollo tiernísimos con bordes ahumados nadando en una salsa naranja brillante espesa y especiada.

🔍 POR QUÉ FUNCIONA:

El Asado Fuerte en Broiler (Efecto Tandoor): Hornear el pollo en rejilla bajo el asador (broiler) a máxima temperatura replica el calor del horno tandoor indio, caramelizando el yogur y sellando la jugosidad.

⚠️ EVITA ESTE ERROR:

La salsa quedó demasiado ácida por el tomate: Añade 1 cucharadita de azúcar moreno o miel y cocina la salsa de tomate 10 minutos adicionales antes de poner la crema.