

Badaami Tangri

बादामी टँगड़ी

Preparation: 30 mins.

Cooking: 12 mins.

Serves 5 Cal/Ser 204



Ingredients

5 drumsticks (500 gm chicken legs)

1ST MARINADE

2 tbsp lemon juice, 1 tbsp oil

½ tsp salt, ½ tsp red chilli powder

2ND MARINADE

½ cup curd - hang for 30 minutes

2 tbsp oil, 2 tbsp ginger-garlic paste

8-10 almonds - ground to a powder

¼ cup thick cream, 1 tbsp cornflour

¾ tsp salt, 2 tsp dry fenugreek leaves

2 tbsp chopped coriander

सामग्री

5 ड्रमस्टिक (500 ग्राम चिकन टाँगें)

पहला मैरिनेड

2 बड़े च. नींबू का रस, 1 बड़ा च. तेल

½ छोटा च. नमक, ½ छोटा च. लाल मिर्च पाउडर

दूसरा मैरिनेड

½ कप दही - 30 मिनट के लिए लटका दें

2 बड़े च. तेल, 2 बड़े च. अदरक-लहसुन का पेस्ट

8-10 बादाम - पीसकर पाउडर बना लें

¼ कप गाढ़ी क्रीम, ¾ छोटा च. नमक, 1 बड़ा च. कॉर्नफ्लॉर

2 छोटे च. कसूरी मेथी, 2 बड़े च. कटा हुआ हरा धनिया

Method

1. Wash and pat dry the chicken legs. Make 2 light cuts/incisions on each drumstick.
2. Marinate chicken with 1st marinade for 30 minutes.
3. Mix ingredients of 2nd marinade in a bowl. Add only chicken pieces discarding the liquid. Marinate for 30 minutes.
4. To serve, grease a flat borosil dish. Place the chicken on it. Cook on combination mode (microwave 540W + Grill) for 8 minutes or till golden. Turn side and smear the remaining marinade. Cook for 4 minutes on the same combination mode. Serve hot.

विधि

1. चिकन को धोएं और किचन के तौलिये पर पोंछ लें। हरेक ड्रमस्टिक पर 2 हल्के कट बना लें।
2. चिकन को पहले मैरिनेड में 30 मिनट के लिए मैरिनेट कर लें।
3. दूसरे मैरिनेड की सामग्री को एक बाउल में मिला लें। केवल चिकन उठाकर मिलायें। 30 मिनट के लिए मैरिनेट कर लें।
4. परोसते समय, काँच की चपटी बोरोसिल डिश को तेल से चिकना करें। चिकन डिश में रखें। कॉम्बिनेशन मोड (माइक्रोवेव 540W + ग्रिल) पर चिकन को 8 मिनट तक या सुनहरा होने तक रखें। चिकन को पलट कर बचा हुआ मैरिनेड लगायें। इसी कॉम्बिनेशन मोड पर 4 मिनट तक रखें। गर्म परोसें।

TiP You can top the chicken legs with slivered almonds for an interesting look.

तंगड़ी पर आप बादाम को लम्बाई में काट कर छिड़क सकते हैं।