

עוף צ'טרני



60 min: זמן

קל: רמת קושי

(4 אנשים רכיבים)

For this recipe we used:

מצרכים

- 3 גרם 400g 400x עגבניות חתוכות דק
- 10 תרמילים של גרעיני הל
- 1 כף חומץ יין אדום
- 1 כף כורכום
- 1 כפית אבקת זנגביל
- 1 פלפל חריף טרי אם אוהבים
- 2 כפות גרעיני כוסברה טחונים
- 2 כפיות כמון
- 2 כפיות סוכר
- 3 בצלים קצוצים דק
- 3 שיני שום מעוכים
- (גרם עוף, רצוי עם עור ועצמות) (כרעיים, ירכיים, חזה 500
- כוסברה טרייה לקישוט
- 1 כף רכז עגבניות
- 1 לימון
- מלח לפי הטעם
- פלפל לפי הטעם
- קמצוץ אבקת פלפל חריף



הכנה

1. העוף צ'יטרני הינו קארי הודי שמאחוריו סיפור שונה מהרגיל: מדובר בקארי הודי-יהודי! מדובר במנת עוף עשירה מאוד בטעם, בה הבשר מבושל עם עגבניות, תבלינים הודיים ריחניים ושני מרכיבים סודיים: לימון וחומץ. למרות שתמיד הייתה דת מיעוט, היהדות הייתה אחת הדתות הזרות הראשונות בהיסטוריה שהגיעו להודו. היהודים בהודו, להבדיל מאלה בכל העולם, מחולקים לשלוש קבוצות שונות לפי מיקומם הגיאוגרפי. היהודים שנקראים בני ישראל ויהודי בגדד (Cochin) וארץ מוצאם: ישנם יהודי קוצ'ין מתכון הצ'יטרני שייך ככל הנראה למסורת הקולינרית של קהילת בגדד: נראה כי מנה זו הינה תוצאה מוצלחת של שילוב הטעם החמוץ מתוק של בגדד (מנות עיראקיות וסוריות רבות הינן בסגנון זה) עם תבלינים הודיים קלסיים.
2. בסיר טפלון בעל שוליים גבוהים לטגן את הבצלים ואת הסוכר בשמן, על אש נמוכה, למשך חמש דקות. להוסיף את השום, הפלפל החרוף ואת כל התבלינים ולערבב למשך דקה על מנת לקלות את התבלינים; להוסיף גם את חלקי העוף ולבשל את הכל על אש בינונית למשך כשתי דקות, תוך ערבוב על מנת שהעוף יספוג את הטעם. להוסיף את העגבניות המרוסקות דק פומי ואת רכז העגבניות, החומץ, מיץ מחצי לימון ו-250 מ"ל מים. להביא לרתיחה, לאחר מכן להנמיך את האש, לכסות ולבשל על אש נמוכה למשך 40 דקות. לכבות את האש, להוסיף עוד קצת מיץ לימון ולערבב היטב. להגיש את העוף חם, עם כמה עלי כוסברה ואורז פילאף טעים.

- Jasmine Guetta