

## Κοτόπουλο Κάρρου

### Συστατικά

- 1 κιλό κοτόπουλο
- 1 σκελίδα σκόρδο
- 60 γρ. ψιλοκομμένα μήλα
- 2 κουταλάκια σούπας Mango Chutney
- 30 γρ. αλεύρι ή κορνφλάουερ
- 30 γρ. ινδοκάρυδο (το ζωμό του)
- 120 γρ. ψιλοκομμένο κρεμμύδι
- 20 γρ. σκόνη caggy
- 1 κουταλάκι του τσαγιού Turmeric
- 20 γρ. τοματοπολτό
- 3 ποτήρια ζωμό
- 30 γρ. σταφίδες
- 100 γρ. καρότο και σέλινο σε κύβους μικρούς.

### Εκτέλεση

Σοτάρουμε το κοτόπουλο να πάρει χρώμα ροδοκόκκινο και το αφαιρούμε από την φωτιά. Μετά σοτάρουμε ελαφρά το κρεμμύδι και το σκόρδο στο βούτυρο χωρίς να πάρουν χρώμα. Μετά το αλεύρι και την σκόνη caggy. Ψήνεται για λίγο και προσθέτουμε τον τοματοπολτό. Ψήνετε για 2-3 λεπτά και προσθέτουμε λίγο-λίγο το ζεστό ζωμό ανακατεύοντας. Μετά προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά και σιγοβράζουμε για 30 λεπτά. Ξαφρίζετε και διορθώνετε την γεύση  
Σερβίρετε με γαρίδες, λαχανικά, αυγά, κρέας, ψάρια, πουλερικά κλπ.

Μαγειρεύουμε να μαρινάραμε το κοτόπουλο με caggy, βεταϊνική & αλάτι πριν το σοτάρουμε.