



Indisches Spinat-Paneer-Curry

mit duftigem Basmatireis



20-30Min.



3-4 Personen

Indien ist weltweit das Land mit dem höchsten Bevölkerungsanteil an Vegetariern. Schauen wir uns was ab und genießen wir heute einen Klassiker der indischen Küche: leckere Rahmkäsewürfel in einer würzig-cremigen Spinatsauce zu fluffigem Basmatireis. Ommm.

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 2 Packungen Paneer-Käse ⁷
- 1 Packung Babyspinat
- 1 Päckchen Masala-Gewürzmischung
- 1 Päckchen Kreuzkümmel
- 1 rote Peperoni
- 400g Basmatireis
- 1 Becher Schlagsahne ⁷
- 3 Tomaten

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf mit Deckel
- Messbecher
- Sieb
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

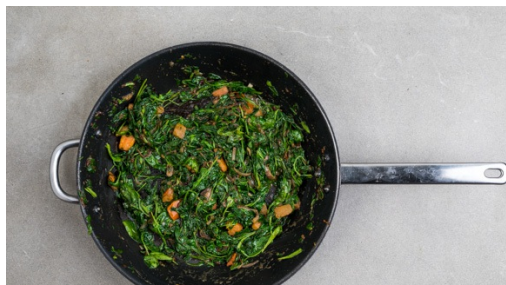
Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 850.0kcal, Fett 43.1g, Eiweiß 29.8g, Kohlenhydrate 82.4g



1. Reis kochen

In einem großen Topf 800ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und bei niedrigster Hitze ca. 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr abgedeckt ziehen lassen.



4. Spinat zubereiten

Die **1/2 des Kreuzkümmels** und die **Garam-Masala-Gewürzmischung** zu den **Zwiebeln** in die Pfanne geben und unter Rühren ca. 1Min. braten. Die **grob gehackten Tomaten** hinzufügen und alles ca. 1-2Min. braten. Den **Spinat** nach und nach hinzufügen und rühren, bis er zusammengefallen ist.



2. Paneer braten

Den **Paneer-Käse** in 1-2cm große Würfel schneiden und in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 4Min. goldbraun anbraten, je nach Pfanne ggf. etwas Olivenöl verwenden. Den **Paneer** aus der Pfanne nehmen und warm halten.



5. Curry köcheln

Ca. **2/3 des Spinatgemüses** aus der Pfanne nehmen und mit 200ml Wasser in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer glatt pürieren. Das **Spinatpüree** wieder in die Pfanne geben, die **Sahne** und die **1/2 des Paneer-Käses** zufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ca. 2-3Min. köcheln lassen, ggf. noch etwas Wasser hinzufügen.



3. Zwiebel anbraten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren, in dünne Halbringe schneiden und in derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 2-3Min. leicht bräunlich anbraten. Die **Tomaten** halbieren, **3 Hälften** grob, die **restlichen 3** fein hacken.



6. Tomatensalsa zubereiten

Die **Peperoni** fein hacken. Die **fein gehackten Tomaten** mit 1-2EL Essig, Salz, Pfeffer und ca. der **1/2 der Peperoni** verrühren. Das **Curry** ggf. erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit dem **Reis** und dem restlichen **Paneer-Käse** anrichten und mit **Tomatensalsa** garniert servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**