



Tandoori-Masala-Paneer mit Joghurt

auf Vollkornbiryani mit Ingwer und Kokos



ca. 30min



3-4 Personen

Die indische Küche ist für ihre würzigen, intensiven Aromen bekannt. Wir haben uns davon inspirieren lassen und zaubern heute ein Vollkornbiryani mit duftigem Ingwer und feiner Kokosnuss. Besonders lecker und abwechslungsreich wird es mit Paprika, Tomaten, Koriander und Kurkuma. Das Beste aber kommt zum Schluss und thront in voller Pracht auf dem Teller: herzhaft gewürzter und kross gebratener Paneer an cremigem Joghurt. Mmmh!

- 300g Express-Naturreis
- 1 Zwiebel
- 1 Stück Ingwer
- 2 grüne Paprika
- 3 Tomaten
- 10g Koriander
- 50g Cashewkerne ¹⁵
- 2 Packungen Paneer-Käse ⁷
- 2 Becher Joghurt ⁷
- 50g Kokosraspel
- 1 Päckchen gemahlene Kurkuma
- 1 Päckchen Tandoori-Masala-Gewürzmischung

- 2EL Butter ⁷
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Energie 868kcal, Fett 49.1g,
Kohlenhydrate 71.1g, Eiweiß 32.2g



4. Zwiebeln anbraten

2. Reis kochen

5. Biryani zubereiten

3. Cashews anrösten

6. Käse anbraten

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(c50c8b7b2cc2cf9ff925edec0ee94c0d_img.jpg\)](#) [!\[\]\(8bed43dc33ecdde61e2f76c8f5517125_img.jpg\)](#) [!\[\]\(047f882704cdc566325d0a83645d692e_img.jpg\)](#) [!\[\]\(4f39bb1f5d124de68e2d5e309adc07d7_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**