



Superfix: Zucchini-Paneer-Curry

mit Knoblauch-Koriander-Naan



ca. 25min



3-4 Personen

Ach, die indische Küche hat einfach unsere Herzen - und unsere Mägen - erobert ... Vor allem lieben wir Paneer, den cremigen und gleichzeitig kompakten Bratkäse, der sich hervorragend als Zutat für würzige Currys eignet. Auch in unserem heutigen Curry ist er der Star, obwohl wir auch die restlichen Zutaten nicht außer Acht lassen sollten: knackige Zucchini, herzhaftes Korma-Paste und fluffiges Naanbrot als Beilage. Ein Genuss!

Was du von uns bekommst

- 2 rote Zwiebeln
- 2 Zucchini
- 2 Packungen Paneer-Käse ⁷
- 2 Packungen Korma-Currypaste
- 400g passierte Tomaten
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 2 Packungen Knoblauch-Koriander-Naan ^{1,7}
- 10g Koriander

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ⁷
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

Küchenutensilien

- große Pfanne oder Wok
- große Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 972kcal, Fett 55.0g, Kohlenhydrate 84.0g, Eiweiß 32.4g



1. Zutaten schneiden

Die **Zwiebeln** schälen und fein würfeln. Die **Zucchini** in ca. 0,5cm kleine Würfel schneiden. Den **Käse** in ca. 1,5cm große Würfel schneiden.



2. Gemüse braten

Die **Zwiebeln** und die **Zucchini** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 5-8Min. braten, bis das **Gemüse** goldbraun ist.



3. Käse mitbraten

Das **Gemüse** auf eine Seite der Pfanne schieben und gelegentlich umrühren, damit nichts anbrennt. Den **Käse** auf die andere Seite der Pfanne geben und 1-2Min. ohne Rühren anbraten, bis er goldbraun ist.



4. Curry köcheln

Die **Currypaste**, die **passierten Tomaten** und 2EL Butter dazugeben. Eine Packung der **passierten Tomaten** mit warmem Wasser füllen und das Wasser ebenfalls in die Pfanne geben. Bei mittlerer bis niedriger Hitze ca. 5Min. einköcheln lassen, dann die **Crème fraîche** und 1EL Balsamicoessig einrühren.



5. Naan rösten

Die **Naan-Brote** mit ein paar Spritzern Wasser benetzen und nacheinander in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze jeweils ca. 3Min. rösten, dabei gelegentlich wenden.



6. Koriander schneiden

Die **Korianderblätter** abzupfen, die **-stängel** fein schneiden. Das **Curry** mit Salz und Pfeffer abschmecken und 2EL Butter unterrühren. Das **Curry** auf Schalen verteilen, mit dem **Koriander** garnieren und mit dem **Naan** servieren.