



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.

- 300g Basmatireis
- 2 Packungen Paneer-Käse ⁷
- 1 rote Zwiebel
- 1 Stück frischer Ingwer
- 3 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Päckchen gemahlener Kreuzkümmel
- 1 Päckchen Garam-Masala-Gewürzmischung
- 1 Packung Babyspinat
- 500ml Kokosmilch
- 1 rote Peperoni

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

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

Kalorien 807.0kcal, Fett 44.9g, Eiweiß 28.6g, Kohlenhydrate 70.2g



4. Spinat zubereiten

2. Paneer braten

5. Curry köcheln

3. Zwiebeln braten

6. Tomatensalsa zubereiten

Die **Peperoni** fein hacken. Die **restlichen Tomaten** in kleine Würfel schneiden und mit der **1/2 der Peperoni**, 1-2EL Essig sowie Salz und Pfeffer zu einer **Salsa** verrühren. Das **Curry** mit **1EL der Salsaflüssigkeit** und ggf. Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem **Reis** und dem **restlichen Paneer-Käse** anrichten und servieren. Die **Tomatensalsa** dazu reichen.