MARLEY SPOON



Sahniges Zucchini-Paneer-Curry

mit Cashews und Basmatireis

ca. 30min 4 Portionen

Heute zaubern wir ein klassisches, aromatisches Currygericht: Wir mixen eine Würzpaste aus Knoblauch, Ingwer, Tomaten und Currygewürzen, die wir mit Kochsahne und Cashewnüssen in eine köstlich duftende Currysauce verwandeln. In der dürfen die Paneer-Würfel dann baden gehen, bevor sie es sich mit den gebratenen Zucchini auf einem Bett aus fluffigem Basmatireis bequem machen. Ein wahrhaft magisches Geschmackserlebnis!

Was du von uns bekommst

- 300g Bio-Basmatireis
- 2 Zwiebeln
- 3 Tomaten
- 2 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 50g Cashewkerne, geröstet & gesalzen [2,3]
- 2 Pck. Tandoori-Masala-Gewürzmischung
- 3 Pck. Garam-Masala-Gewürzmischung
- 200ml Kochsahne [1]
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 2 Pck. Paneer-Käse [1]
- 2 Zucchini

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter [1]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Töpfe mit Deckel
- große Pfanne
- Stabmixer
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Milch** (1), **Erdnüsse** (2), **Schalenfrüchte** (3).

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Sesamsamen

Nährwertangaben pro Portion
Energie 852kcal, Fett 44.3g, Kohlenhydrate 82.0g, Eiweiß 31.6g



1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 12–14Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



2. Zwiebeln braten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren, grob würfeln und in einem zweiten mittelgroßen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 5Min. glasig anschwitzen. Inzwischen die **Tomaten** vierteln und in grobe Stücke schneiden.



3. Curry zubereiten

Die **Knoblauch-Ingwer-Paste**, die **Tomaten**, die **Cashewkerne**, die **Tandoori-Gewürzmischung** und ⅔ **der Garam-Masala-Gewürzmischung** mit 1EL Zucker in den Topf rühren und abgedeckt 5–6Min. kochen. Den Topf vom Herd nehmen, dann die **Kochsahne** zugießen und alles fein pürieren. 400ml Wasser mit der **½ des Brühgewürzes oder mehr nach Geschmack** zugeben und nochmals pürieren.



4. Käse zufügen

Das **Curry** mit 2EL Butter verfeinern, mit dem **restlichen Brühgewürz** abschmecken und abgedeckt bei mittlerer bis niedriger Hitze 8–10Min. köcheln lassen, bis es leicht eingedickt ist. Inzwischen den **Paneer-Käse** in ca. 1cm große Würfel schneiden und die letzten 2–3Min. der Kochzeit mitgaren. **Achtung:** Den **Paneer** nicht zu lange kochen, sonst wird er hart.



5. Zucchini anbraten

Die **Zucchini** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. 2EL Butter in einer großen Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze schmelzen, dann die **restliche Garam-Masala-Gewürzmischung** einrühren. Die **Zucchinischeiben** mit 1 kräftigen Prise Salz hinzufügen und 4–6Min. anbraten, bis sie noch leicht bissfest sind.



6. Anrichten und servieren

Das **Curry** mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den **Reis** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und das **Curry** darauf anrichten. Mit den **Zucchinischeiben** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**