



Tikka-Masala-Spieße

mit würziger Tomatensauce und Knoblauchbrot



ca. 35min



3-4 Personen

Heute steht das volle Verwöhnprogramm auf dem Plan, denn es gibt wirklich etwas für alle Sinne: Die lecker marinierten Spieße mit Paneer, Paprika und Zwiebeln sind nicht nur eine Augenweide, sondern kitzeln auch die Geschmacksknospen. Die cremige Tomatensauce mit Tikka-Masala-Gewürz und Joghurt ist reine Aromatherapie, und das würzige Knoblauchbrot zum Dippen dazu lässt sich am besten mit den Fingern essen. Genuss pur!

- 2 Becher Joghurt ⁷
- 2 Packungen Tikka-Masala-Paste
- 2 Packungen Paneer-Käse ⁷
- 2 grüne Paprika
- 3 rote Zwiebeln
- 8 Holzspieße
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Baguettebrötchen ¹
- 800g passierte Tomaten

- 2EL Butter ⁷
- Pflanzenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker

- Backofen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne mit Deckel

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

Energie 685kcal, Fett 37.2g,
Kohlenhydrate 53.6g, Eiweiß 31.1g






4. Zwiebeln garen

2. Spieße backen

5. Knoblauchbrot backen

3. Zwiebeln schneiden

6. Sauce zubereiten

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**