

Matar Paneer

Die Zutaten

- Öl
- 200g Paneer
- Babyerbsen
- 1 Zwiebel
- 2 Tomaten
- Ginger Paste
- 2 Chillies
- Kreuzkümmel
- Rotes Chili Pulver
- Koriander Pulver und Blätter
- Kurkuma
- Garam masala

Die Püree Basis

Zwei Suppenlöffel Öl in einer Pfanne/Wok erhitzen und eine grobgeschnittene Zwiebel dazu geben.

Dann 11/2 Teelöffel Ginger Paste unter die Zwiebeln mischen und zwei grobgeschnittene Tomaten in die Pfanne geben.

Nach Belieben Salz hinzugeben.

Zwei grobgeschnittene grüne Chillies in die Pfanne geben.

Die Pfanne abdecken und das Gemüse köcheln lassen bis die Tomaten weich sind (2-3 Minuten).

Den Deckel runternehmen und Gemüse ohne Hitze mischen und ein bisschen abkühlen lassen.

Zu einem Püree blenden und separat auf die Seite stellen.

Das Curry

Zwei Suppenlöffel Öl in einer Pfanne/Wok erhitzen und 11/2 Teelöffel Kreuzkümmel und rotes Chili Pulver hinzugeben. Danach sofort das zuvor präparierte Püree untermischen.

Zwei Teelöffel Koriander Pulver und 1/2 Teelöffel Kurkuma hinzugeben.

Abdecken und die Gewürze 2-3 Minuten zusammen mit dem Püree kochen lassen.

Den Deckel abnehmen und über hoher Flamme unter rühren zur Hälfte reduzieren. Man sollte nachher viel nicht verkochtes Öl sehen und das ganze sollte ausschauen wie eine Art Pesto.

Paneer Würfel (200g) unterrühren und danach Babyerbsen hinzugeben.

Eine Tasse (cup) Wasser hinzuschütten und vermischen.

Zudecken und 5 Minuten auf hoher Flamme kochen bis man das Öl auf der Oberfläche sieht.

Den Deckel Abnehmen und 1 Teelöffel Garam masala und geschnittenen Koriander hinzugeben und gut mischen.

Kochen lassen bis es nach einem leckeren Curry aussieht.

Mahlzeit!