



Slötorps Palak Paneer

Palak Paneer är ytterligare en Indisk vegetarisk rätt. Palak Paneer betyder Spenat med Paneer (indisk färskost). En riktigt god och nyttig middagsrätt.

Receptet är dimensionerat för ca 6 personer. Är ni fler är det bara att multiplicera.

Ingredienser

- ◆ 1 stor Gul lök, finhackad
- ◆ 3 -4 Vitlöksklyftor, finhackade
- ◆ Ca 2,5 cm färsk Ingefära, riven
- ◆ 3 msk Rapsolja
- ◆ 1 msk Tomatpuré
- ◆ 1 tsk Salt eller efter smak
- ◆ 1/2 tsk Spiskummin
- ◆ 1/2 tsk Gurkmeja
- ◆ 1 tsk Chilipulver
- ◆ 1/4 tsk Chiliflingor
- ◆ 1 tsk Garam Masala
- ◆ 1 medelstort Lagerblad
- ◆ 1/2 dl vatten, eventuellt
- ◆ 400 g Hackad Spenat
- ◆ 3 dl Vispgrädde
- ◆ 1/2 dl vatten, eventuellt

Tillbehör

- ◆ Ris
- ◆ Naanbröd
- ◆ Raita
- ◆ Cashewnötter

Gör så här

1. Skär osten i bitar och lägg på ett fat. Skala och hacka löken. Skär tomaten i små tärningar. Skala och riv ingefäran.
2. Ta fram den hackade spenaten och tina den lätt och lägg i en skål.
3. Fräs lök, vitlök, och ingefära i olja. Tillsätt tomater, tomatpuré, salt och kryddor när löken är genomskinlig och låt fräsa med någon minut. Blir det för torrt tillsätt en skvätt vatten.
4. Rör ner grädden och låt koka upp till allt är varmt. Rör ner den hackade spenaten och koka upp. Koka sedan lugnt i ca 5 minuter. Blir det för tjockt, lägg i en klick Creme Fraiche.
5. Lägg i osten och koka ytterligare 5 minuter på medelvärme.

Servera med Ris, Naanbröd, Raita, och Cashewnötter.

Smaklig Måltid

/Peter