



Bjud på indisk

PANEER MASALA

Härligt krämig och kryddig men samtidigt mild rätt som passar hela familjen!

- 100 g cashewnötter
- 1 gul lök
- 3 vitlöksklyftor
- 1 msk Arla Köket® Smör-&rapsolja
- 2 msk riven färsk ingefära
- 1 tsk malen gurkmeja
- 1 msk garam masala
- 1 burk hela tomater á 400 g
- 2 dl Arla Köket® vispgrädd
- 80 g bladspenat
- 225 g Apetina® Paneer
- 1 tsk salt

Till servering: 3 dl ris



Lägg nöterna i en bunke och häll på kokande vatten. Låt stå minst 10 min, gärna längre.

Skala och finhacka lök och vitlök. Fräs löken mjuk i

smör-&rapsolja ca 5 min i en stor kastrull eller stekpanna.

Tillsätt vitlök, ingefära och kryddor, fräs ca 1 min under omrörning.

Tillsätt tomater, nötter och ca 2 dl vatten. Koka samman 10 min och mixa sedan i en mixer. Häll tillbaka såsen och tillsätt grädden. Sjud 3 min. Smaka av med salt. Tillsätt bladspenat och osten i bitar och låt allt bli varmt. Servera med kokt ris.

Visste du att?

Varje indisk provins har både ett eget språk & en egen matlagingskonst.

Nyhet!

Apetina® Paneer

Nu gör vi det enklare för dig att njuta av en klassisk favorit från det indiska köket. Apetina® Paneer är en mild, färsk matlagingsost med indiskt ursprung. Paneer är proteinrik med bra tuggmotstånd och en utmärkt smakbärare. Perfekt i indiska rätter såsom Palak Paneer, men gör sig också väldigt bra i din vanliga gryta eller pasta.

