

# Paneer mit Spinat an Currysauce

für 4-6 Personen

*Paneer ist ein indischer Frischkäse, den man selber herstellen kann. Mit diesem Gericht können Sie Ihre Gäste - Vegetarier und Fleischesser - zum Schwärmen bringen.*

2 Liter	Vollmilch
5 - 6 EL	Essig oder Zitronensaft
800 g	frischer Spinat <u>oder</u>
600 g	Tiefkühl-Blattspinat
1	Zwiebel
2	Knoblizehen
3 cm	frischer Ingwer
4 EL	Sonnenblumenöl
2 TL	Korianderpulver
1 TL	Kurkumapulver
2 TL	Kreuzkümmelpulver
½ TL	Chilipulver
...	Salz
½ TL	Zucker
2 dl	Rahm

## Am Tag davor

Die Milch in einen grossen Topf geben. Der Topf soll so gross sein, dass die Milch aufkochen kann, ohne überzukochen.

Die Milch bei mittlerer Temperatur erhitzen. Wenn die Milch steigt, den Essig (oder Zitronensaft) begeben, den Topf von der Kochplatte nehmen und gut umrühren. Die Milch wird gerinnen.

Sollte die Molke nicht klar sein, den Topf wieder auf den Herd geben und noch etwas Essig hineinrühren.

Ein Musselintuch in ein Löcherbecken geben und die geronnene Milch (also den Paneer) und die Molke hineingiessen. Eine Minute unter fließendem kaltem Wasser durchspülen.

Das Musselintuch zubinden, auf ein leicht schräges Brett legen und ein zweites Brett darauflegen. Einen Topf mit mindestens 6 Liter Wasser füllen und auf das obere Brett stellen. Den Paneer einige Stunden oder über Nacht abtropfen und festigen lassen.

## Kochen

Den Paneer aus dem Tuch wickeln und in 1-2 cm grosse Würfel schneiden. Die Würfel etwas trocknen lassen.

Den frischen Spinat putzen, waschen und in kochendem Wasser eine Minute blanchieren. Gut abtropfen lassen. Den gefrorenen Spinat auftauen lassen und kleinschneiden.

Die Zwiebel schälen und in Halbringe schneiden. Den Knoblauch schälen und zerdrücken. Den Ingwer schälen und fein reiben.

Das Öl in einer grossen Bratpfanne erhitzen und die Paneerwürfel bei mittlerer Hitze unter Rühren leicht braun werden lassen. Die Würfel herausnehmen und beiseitestellen. Das Öl in der Pfanne lassen.

Im der gleichen Pfanne Zwiebel, Knoblauch und Ingwer bei mittlerer Hitze 4-5 Minuten goldbraun anbraten. Die Hitze leicht reduzieren und Koriander, Kurkuma, Kreuzkümmel und Chilipulver begeben. Unter Rühren 2 Minuten lang rösten, dann den Spinat begeben. Zudecken und ca. 10 Minuten garen.

Genügend Salz, den Zucker sowie den Rahm zum Spinat geben. Gut vermischen. Dann die gebratenen Paneerwürfel begeben und bei schwacher Hitze weitere 5 Minuten dünsten. Sollte die Sauce zu dünnflüssig sein, kann sie mit etwas in Wasser angerührter Maisstärke gebunden werden.