



U Indiase Saag paneer

Een vegetarisch gerecht uit de Indiase keuken met spinazie en de kaas 'paneer', die in dit recept vervangen wordt door de beter verkrijgbare tofu.

2 PERSONEN

🕒 20 minuten

DIT HEB JE NODIG

- 🍴 275 g tofu
- 🍴 ½ ui
- 🍴 1 teentje knoflook
- 🍴 1 tomaat
- 🍴 3 el olie
- 🍴 1 tl garam masala
- 🍴 200 g spinazie
- 🍴 100 ml kokosmelk

MATERIAAL: keukenpapier, hapjespan

ZO MAAK JE HET

1. Snijd de tofu in blokjes.
2. Dep de tofu goed droog met keukenpapier.
3. Snipper de ui.
4. Snijd de knoflook fijn.
5. Snijd de tomaten in blokjes.
6. Verhit in een hapjespan 1½ el olie.
7. Bak de tofu in 4 minuten aan beide kanten lichtbruin en gaar.
8. Neem de tofu uit de pan.
9. Verhit de resterende 1½ el olie in de hapjespan.
10. Fruit de ui en knoflook 1 minuut.
11. Bak de garam masala op een lage stand 1 minuut mee.
12. Schep de tomaat erdoor en bak nog 2 minuten.
13. Voeg de spinazie in porties toe en laat het blad al omscheppend slinken en het vocht verdampen.
14. Voeg de kokosmelk toe en doe de tofu terug in de pan.
15. Verwarm de saag paneer op een lage stand nog 5 minuten.
16. Breng op smaak met zout en peper.

TIP: Lekker met basmatirijst of naan.

TIP: Fruit met de ui en knoflook 1 cm geraspte gember mee voor een extra frisse pit.

BRON: boodschappen.nl

