

# Paneer masala au beurre

avec riz basmati

Végé

40 minutes



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.



Paneer



Mélange d'épices indien



Sauce tikka



Purée de gingembre et d'ail



Bébés épinards



Coriandre



Riz basmati



Oignon jaune



Laît de coco

BONJOUR PANEER

*Un fromage doux qui conserve sa forme même lorsqu'il est frit ou cuit dans une sauce!*

## D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Unités de mesure à chaque étape	1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
	2 personnes	4 personnes	Ingrédient

## Matériel requis

Cuillères à mesurer, casserole moyenne, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Paneer	200 g	400 g
Mélange d'épices indien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce tikka	½ tasse	1 tasse
Purée de gingembre et d'ail	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Bébés épinards	56 g	113 g
Coriandre	7 g	14 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Oignon jaune	113 g	226 g
Lait de coco	1	2
Beurre non salé*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Sel*		

\* Essentiels à avoir à la maison

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.

## Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

@HelloFreshCA

1



### Préparer

- Couper le **paneer** en cubes de 1,25 cm (½ po).
- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Hacher grossièrement les **épinards** et la **coriandre**.

2



### Cuire le riz

- Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse** (2 ½ tasses) d'**eau** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter le **riz**, puis réduire à feu doux. Cuire à couvert de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé.
- Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.

3



### Commencer le masala au beurre

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis ajouter la **purée de gingembre et d'ail**, les **oignons**, le **mélange d'épices indien** et **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **sucre**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.

4



### Terminer le masala au beurre

- Ajouter à la poêle la **sauce tikka**, le **lait de coco** et le **paneer**.
- Réduire à feu moyen-doux. Cuire de 8 à 10 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le mélange réduise légèrement.
- Ajouter les **épinards**. Remuer pendant 1 min, jusqu'à ce qu'ils tombent.
- **Saler**, au goût.

5



### Terminer le riz

- Séparer le **riz** à la fourchette.
- Saler, puis ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre** et la **moitié** de la **coriandre**.

6



### Terminer et servir

- Répartir le **riz** dans les bols, puis garnir de **paneer masala au beurre**.
- Parsemer du **reste** de la **coriandre**.

Le souper, c'est réglé!