

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 22. Mai 2023 ▪  
**Leibgericht mit Nelson Müller**



Gil Leon Füllbeck

**Shahi Paneer: Indischer Käse in cremiger Tomatensauce mit Naan und Raita**

Zutaten für zwei Personen

**Für das Shahi Paneer:**

200 g Paneer Käse  
 4 mittelgroße Tomaten  
 2 mittelgroße Zwiebeln  
 5 Knoblauchzehen  
 1-2 grüne Chilischoten  
 1 kleines Stück Ingwer  
 20 Cashewkerne  
 1-2 TL Tomatenmark  
 50-100 ml Sahne  
 Ghee, zum Braten  
 2 TL Butter  
 3 grüne Kardamom Kapseln  
 3 Lorbeerblätter  
 1 Zimtstange  
 2 Nelken  
 1 Sternanis  
 2 TL Kreuzkümmelsamen  
 1 ½ TL Garam Masala  
 1 TL Korianderpulver  
 ½ TL Kurkuma  
 1 TL Zucker  
 1 TL Kashmiri Chili Pulver  
 1 EL Kasuri Methi  
 1 EL neutrales Öl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebeln abziehen und feinhacken. Chilis kleinhacken. Etwas Ghee erhitzen und Zwiebeln mit den drei Kardamom Kapseln, Lorbeerblättern, Zimtstange, Sternanis, Nelken, Chilis mit Kernen und Kreuzkümmelsamen anschwitzen.

Die Hälfte der Cashewkerne in heißes Wasser einlegen.

Paneer in Stücke schneiden und mit heißem Wasser bedecken.

Knoblauch und Ingwer grob schneiden und mit Ghee in die Pfanne geben. Tomaten grob schneiden und mit etwas Salz und Pfeffer in die Pfanne geben, 3 Minuten mit Deckel köcheln lassen, dabei mit Garam Masala, Korianderpulver, Kashmiri Chili und etwas Kurkuma würzen.

Die eingeweichten Cashews sowie ca. 100 ml Wasser dazugeben.

Nach insgesamt 10 Minuten köcheln, Butter dazu, Zimtstange, Nelken, Sternanis und Lorbeer rausnehmen und dann mixen.

In der Pfanne etwas Zucker in Ghee und Öl karamellisieren und etwas Kashmiri Chilipulver sowie Tomatenmark und ein bisschen Wasser dazu und etwas vermengen, dann die gemixte Masse dazugeben.

So lange köcheln lassen bis es andickt und sich Öl auf der Oberfläche absetzt, evtl. nochmal mit Gewürzen abschmecken.

Währenddessen die andere Hälfte Cashews kurz in einer Pfanne ohne Fett anrösten und am Ende auf das angerichtete Shahi Paneer geben.

Wenn die gewünschte Konsistenz erreicht ist, etwas Sahne hinzufügen aber nicht mehr zum Kochen bringen. Am Ende einen Teelöffel Kasuri Methi in der Hand zerreiben und mit dem Paneer in die Sauce geben.

**Für das Naan:**

190 g Weizenmehl  
 50 g Naturjoghurt, 3,5 % Fett  
 65 ml Milch, 3,8 % Fett  
 2 TL Backpulver  
 4 Zweige Koriander  
 Ghee, zum Braten  
 1,5 TL Kreuzkümmelsamen  
 1 TL Zucker  
 1 TL Salz

Alle Zutaten bis auf Ghee, Milch und Joghurt in die Schüssel geben und vermengen. Joghurt dazugeben und nach und nach auch die Milch.

Währenddessen immer wieder mit den Händen vermischen und leicht kneten. Wenn alle Zutaten in der Schüssel sind noch 1 Minute Kneten und zu einer Kugel formen. 10 Minuten ruhen lassen.

Teig in 4 Teile teilen und zu kleinen Kügelchen formen, diese mit dem Nudelholz zu kleinen Fladen formen. Pfanne mit Ghee heiß werden lassen und dann die Fladen pro Seite ungefähr 1-2 Minuten ausbacken.

- Für den Raita:** Joghurt mit dem Zitronensaft in eine Schüssel geben und aufschlagen.  
200 g Joghurt, 3,5% Fett Gurke halbieren, entkernen und in dünne Scheiben schneiden, dann in  
¼ Salatgurke die Schüssel geben.  
1 Zitrone, davon Saft Frische Minze und Koriander fein hacken und dazugeben.  
1 TL Kreuzkümmel Zum Schluss den Kreuzkümmel, Korianderpulver, Chaat Masala sowie  
½ TL Korianderpulver reichlich Salz und Pfeffer dazugeben und vermengen.  
½ TL Chaat Masala  
4 Zweige Koriander  
4 Zweige Minze  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Für die Garnitur:** Koriander, Kasuri Methi und angeröstete Cashews von oben auf das  
1 Zweig Koriander Shahi Paneer geben.  
1 TL Kasuri Methi

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.