



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PANEER MATTAR (HİNDİSTAN)

<https://www.lezzetsirri.com>

Peynirli Bezelye

paneer için:

2 litre süt

1 adet limon

mattar için:

1/2 kg. iç bezelye

2 kg. süttten elde edilmiş peynir

2 baş soğan

3 domates rendesi

2 diş sarımsak

1 tatlı kaşığı hint safranı

1 tatlı kaşığı garam masala

1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber

1 tatlı kaşığı köri

50 gr. tereyağı

sıvıyağ

karabiber

tuz

Paneer (peynir) yapımı için, büyük bir tencereye sütü koyun. Kaynamaya başlayınca, içine bir limonun suyunu ekleyin. Süt kesilir ve top top olarak tencerenin üst kısmında birikir. Kesilmiş sütü bir parça kaynattıktan sonra bir süzgeçten süzün. Suyu süzülen peynire tahta kaşıkla bastırarak fazla suyu- nu alın. Daha sonra elinizle biraz yoğurarak yapışkan bir hale gelmesini sağlayın. Düz ve büyük bir tabağa alın ve elinizle bastırarak hemen hemen 1 cm. kalınlığında yayın. Bir kenara soğumaya bırakın. Soğuyan peyniri küçük küpler veya baklava dilimleri halinde kesin. Kızdırdığınız bir parça tereyağında hafifçe kızartın. Daha sonra derin bir tencereye kalan tereyağını ve sıvıyağı koyun. Kızınca içine, rendenin ince tarafından rendelediğiniz soğan ve sarımsakları atın. Soğanlar adeta su gibi olmalıdır. Karıştırarak soğanlar koyu sarı, adeta kahverengi oluncaya kadar kavurun. İçine domates püresini ekleyip tekrar karıştırın. Sırayla baharatları yani, hint safranı, garam masala, kırmızı biber, köri, karabiber ve tuzu ekleyin, hep birlikte 3-4 dakika karıştırarak kavurun. Bezelyeleri ilave edip bir çevirin, kızarttığınız peynirleri ekleyip hep birlikte peynirleri parçalamadan yavaşça karıştırın. Tencerenin kapağını kapatarak 10 dakika kadar hafif ateşte kaynamaya bırakın. Yemeğe su ilave etmeyin. Yemeğin sosunun koyu olması gerekir. Bezelyeler pişince ateşten alın ve derin bir kaptaki üzerine kıyılmış taze kişniş serperek, yanında sade pilavla servis yapın.