

Paneer Makhani

पनीर मखनी

Preparation: 10 mins.

Cooking: 20 mins.

Serves 4 Cal/Ser 340



Ingredients

- 200 gm paneer - cut into pieces
- 5 large (500 gm) tomatoes - chopped
- 1 tsp chopped ginger
- 2 tbsp butter/ghee and 2 tbsp oil
- seeds of 2 green cardamoms (chhoti elaichi) - crushed
- ½ tsp sugar, 1 tsp salt or to taste
- ½ tsp garam masala
- ½ tsp red chilli powder, 1 tsp tomato ketchup
- 4 tbsp cashewnuts or magaz - soaked in ¼ cup water & ground to a paste
- 2 tsp dry fenugreek leaves (kasoori methi)
- ½ cup milk or cream, approx.

Method

1. In a deep dish cover and microwave tomatoes, ginger and ½ cup water for 5 minutes. Cool. Puree in a mixer.
2. Microwave butter/ghee, oil and elaichi for 2 minutes. Add salt, sugar, red chilli powder and garam masala. Mix. Add fresh tomato puree & tomato ketchup. Mix very well. Microwave covered for 4 minutes. Stir once. Microwave uncovered for 4 minutes again.
3. Add cashewnut paste and kasoori methi. Mix well. Add ½ cup water. Microwave for 3 minutes. Add paneer. Add enough milk/cream to get a thick red gravy. Microwave for 2 mins. Serve.

सामग्री

- 200 ग्राम पनीर - टुकड़े काटें
- 5 बड़े (500 ग्राम) टमाटर - काटें
- 1 छोटा च. कटी हुई अदरक
- 2 बड़े च. मक्खन/घी और 2 बड़े च. तेल
- 2 छोटी इलायची के बीज - दरदरा पीस लें
- ½ छोटा च. चीनी, 1 छोटा च. नमक या स्वादानुसार
- ½ छोटा च. गर्म मसाला
- ½ छोटा च. लाल मिर्च पाउडर, 1 छोटा च. टमाटो केचप
- 4 बड़े च. काजू या मगज - ¼ कप पानी में भिगों और पीस कर पेस्ट बनाएं
- 2 छोटे च. कसूरी मेथी
- ½ कप दूध या क्रीम, लगभग

विधि

1. गहरी डिश में ½ कप पानी, अदरक और टमाटर को 5 मिनट ढककर माइक्रोवेव करें। ठण्डा करें मिक्सी में प्यूरी कर लें।
2. मक्खन/घी, तेल और इलायची को 2 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें। नमक, चीनी, लाल मिर्च पाउडर और गर्म मसाला डालें। मिलाएं। टमाटर की ताज़ी प्यूरी और टमाटो केचप डालें। अच्छी तरह मिलाएं। ढककर 4 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें। बीच में एक बार हिलाएं। बिना ढके 4 मिनट माइक्रोवेव करें।
3. काजू का पेस्ट और कसूरी मेथी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। ½ कप पानी डालें। 3 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें। पनीर डालें। इतना दूध/क्रीम डालें जिससे गाढ़ी लाल ग्रेवी मिले। 2 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें। परोसें।

TiP

Blanch broccoli and baby corns. Add them to this red gravy instead of paneer. बेबीकॉर्न और ब्रॉकोली को गरम पानी से निकाल कर लाल ग्रेवी में पनीर के स्थान पर डालें।

Recipes to be microwaved at 100% level or high unless the power level is specified in the recipe.

सभी रेसिपी को 100% पॉवर लेवल (हाई) पर माइक्रोवेव करें। यदि कम पॉवर लेवल की आवश्यकता हो तो रेसिपी में लिखा हुआ है।