

Palak paneer et Naans (Inde)

(Pour 4 personnes)

Pour le palak paneer

600	g	épinards surgelés
400	g	tomates concassées
2	c. à s.	concentré de tomate
1	gros	oignon jaune
2	gousses	ail
1	petit	piment vert (facultatif)
2	c. à s.	huile végétale
1	c. à c.	cumin en poudre
1	c. à c.	cumin en graines
2	c. à c.	curcuma
1	c. à c.	coriandre moulu
2	c. à c.	garam massala
1	c. à c.	gingembre frais

Pour les Naans

500	g	farine blanche
125	g	yogourt grec
1	c. à c.	sel
1	c. à c.	sucre
18	cl	eau
4	c. à s.	huile végétale
10	g	levure fraîche du boulanger

1	c. à s.	coriandre ciselée
1	petite	gousse d'ail
1	grosse c. à s.	ghee

Pour le paneer

1	l	lait entier
3	c. à s.	vinaigre blanc

Commencer par préparer la pâte à naans. Tout mélanger dans un saladier et pétrir de manière à obtenir une pâte souple et homogène. Si la pâte paraît trop dure, ajouter un peu d'eau. Couvrir d'un linge humide et laisser doubler de volume. Pour le paneer, verser le lait dans une casserole et porter à ébullition. Il est impératif d'utiliser du lait entier. Dès que le lait bout, ajouter en une fois le vinaigre et retirer immédiatement du feu. Laisser cailler ainsi 10 minutes. Préparer un saladier recouvert d'une étamine ou d'un linge de cuisine propre. Verser le contenu de la casserole et presser l'ensemble en une boule de manière à retirer l'excédent d'eau. Plus on laisse égoutter et plus le paneer sera ferme. A l'inverse, il sera plus friable voir crémeux. Choisir en fonction de la texture voulue, c'est au choix. Pour le palak paneer, faire revenir l'oignon émincé, l'ail et les épices sèches (cumin, coriandre, curcuma, garam massala) dans de l'huile végétale pas trop chaude, mais fumante. Les parfums doivent se dégager, mais les épices ne doivent pas brûler. Ajouter la tomate concassée et le coulis de tomate, puis le piment épépiné et émincé ainsi que le gingembre. Saler. Ajouter les épinards et laisser mijoter ainsi une quinzaine de minutes. Ajouter enfin le paneer. S'il est assez ferme pour faire des cubes, faire dorer ces derniers dans un peu d'huile végétale et ajouter au curry. Sinon, émietter et il servira de liant pour la sauce.

Finaliser les naans en dégazant la pâte et en la portionnant en 8 part égales. Faire chauffer une sauteuse avec couvercle pendant 5 minutes. Surtout ne pas ajouter de manière grasse. Etaler les 8 pâtons en galette et cuire un à un dans la sauteuse environ 2 minutes de chaque côté, toujours avec le couvercle. Si le naan commence à gonfler, écraser les bulles avec une spatule en le retournant. Badigeonner avec le

ghee fondu, l'ail et la coriandre et servir aussitôt avec le curry, un chutney de votre choix et éventuellement un raïta (recette à suivre).