

Ispanaklı Paneer Dürüm

Toplam 24 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 12 dk

3 kişilik

Kolay

~326 kcal

Hindistan usulü Ispanaklı paneer dürüm, baharatlı Ispanak ve paneeri yumuşak lavaşa sararak doyurucu bir vejetaryen öğün sunar.

Malzemeler

- 250 gr Paneer
- 300 gr Ispanak
- 3 adet Lavaş
- 1 çay kaşığı Garam masala
- 0.5 su bardağı Yoğurt

Yapılış

- Paneeri küp doğrayıp tavada 4 dakika kızartın.
- Ispanak ve garam masalayı ekleyip 6 dakika söndürün.
- Harcı lavaşa sarıp yoğurtla servis edin.

PÜF NOKTASI

Paneeri tavada önce kızartmak dürüm içinde dağılmadıkalmalarını sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Naneli yoğurtla servis edin.

Alerjenler

Gluten

Süt