**Aloo Gobi (chou-fleur et pommes de terre)**

2 pommes de terre pelées et coupées en cubes

1 oignon brun émincé

4 c. s. de coriandre fraîche ciselée

 2 tomates concassées

15 ml (1 c. à soupe) de ghee

2 ml (1/2 c. à thé) de graines de cumin

5 ml (1 c. à thé) d’ail émincé

5 ml (1 c. à thé) de pâte de gingembre

5 ml (1 c. à thé) de curcuma moulu

2 ml (1/2 c. à thé) de paprika

2 ml (1/2 c. à thé) de cumin moulu

4 ml (3/4 c. à thé) de garam masala

Haut du formulaire

Bas du formulaire

Bas du formulaire

Blanchir les pommes de terre 5 à 7 mn, réserver.

Dans une poêle, chauffer le ghee à feu moyen.

Ajouter graines de cumin, ail et pâte de gingembre, cuire environ 1 minute. Ajouter l’oignon.

Ajouter les pommes de terre, puis le curcuma, le paprika, le cumin, le garam masala et le sel.

Couvrir et cuire de 5 à 7 minutes.

Ajouter chou-fleur et tomates. Baisser le feu, couvrir.

Poursuivre la cuisson jusqu’à ce que tout soit tendre. Remuer. Avant de servir, ajouter de la coriandre fraîche ciselée.

[**Palak paneer**](http://www.cuisine-indienne.net/recettes/plats-indiens/214-palak-paneer)

500g d'épinards frais

300g de fromage indien paneer (ou feta turque)

2 oignons

un petit morceau de gingembre

1 gousse d'ail

1 càc de ghee

1/2 càc de garam [masala](http://www.cuisine-indienne.net/recettes/component/glossary/Glossaire-1/M/Masala-15/%22%20%5Co%20%22)

1 càc de poudre de cumin

5 càs de ghee sel

Râper l'oignon, l'ail et le gingembre.

Faire bouillir les épinards bien lavés dans l'eau puis les laisser refroidir. Les passer au mixeur.

Dans le ghee d’une poêle, faire sauter l'oignon, l'ail et le gingembre 1 mn. L’oignon doit dorer.

Ajouter garam masala et cumin, mélanger, puis les épinards et un peu d'eau (si besoin) Cuire 5mn.

Couper le paneer en cubes, l'ajouter à la sauce et laisser jusqu'à cuisson complète.