Hoofdgerechten / India

Paneer (verse Indiase kaas)

Volle melk werd op het juiste moment gestremd met citroensap, uitgelekt door mousseline en onder gewicht geperst tot een stevig, meegevend blok verse witte kaas - mild, schoon en met een karakteristiek gepiep tegen de tanden. Het fundamentele eiwit van de Indiase vegetarische keuken, gemaakt in 90 minuten met twee ingrediënten.

Tijd 90 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 2000 g Volle melk (minstens 3,5% vet – gebruik geen UHT)
- ☐ 50 g Vers citroensap (uitgelekt, zonder pitten)
- ☐ 500 g koud water (voor het spoelen van de wrongel)
- ☐ 5 g fijn zeezout (optioneel, ingewerkt vóór het persen)

Zo maak je het.

01 Giet de melk in een grote pan met dikke bodem. Zet op middelhoog vuur en breng langzaam tot net onder het kookpunt – 88 tot 90 °C (190 tot 194 °F). Roer af en toe om aanbranden op de bodem te voorkomen. Let goed op: dit is het meest kritische temperatuurvenster. Je wilt dat de melk bijna kookt – kleine belletjes die snel en agressief van de bodem opstijgen, stoom die opstijgt en het oppervlak begint te trillen en schuimen – maar geen rollende kook. Door aan de kook te brengen, zullen de vaste melkbestanddelen verschroeien en krijgt de paneer een licht bittere smaak van gekookte melk. Een thermometer wordt sterk aanbevolen.

02 Haal de pot van het vuur. Giet het citroensap in een langzame, gestage stroom rond de rand van de hete melk terwijl je heel zachtjes roert – twee of drie keer langzaam roeren. Binnen 30 tot 60 seconden begint de melk zich te scheiden in witte wrongel en geelgroene wei. Zodra de scheiding begint, stopt u met roeren; door roeren in dit stadium wordt de wrongel taai en rubberachtig. Als de melk na 90 seconden nog niet volledig is afgescheiden (er zijn grote delen nog witte, niet-gestremde melk zichtbaar), voeg dan nog een eetlepel citroensap toe en roer één keer voorzichtig. Laat de wrongel 5 minuten ongestoord in de wei zitten; tijdens deze rust ontwikkelt zich zijn structuur.

03 Bekleed een vergiet met twee lagen kaasdoek of een schone, dunne katoenen doek. Giet de wrongel en de wei langzaam in het beklede vergiet. Als u het mengsel snel giet, ontsnapt er fijne wrongel door de doek. Vouw de doek rond de wrongel en spoel de wrongel voorzichtig af met koud water om het citroenzuur weg te spoelen. Dit voorkomt dat de paneer zuur wordt en verstevigt de textuur. Als u kruiden toevoegt, strooi dan het zout over de wrongel en werk het voorzichtig met schone handen in voordat u de doek oppakt. Draai de doek tot een strakke bal en knijp stevig om zoveel mogelijk wei te verwijderen. De wrongel moet nu een compacte, gelijkmatig witte massa zijn.

04 Vorm de uitgelekte wrongel tot een platte schijf of blok terwijl deze nog in de doek zit. Plaats het op een vlakke ondergrond, vouw de doek netjes over de bovenkant en plaats er een zwaar gewicht op: een gietijzeren pan, een pan met water of een gewicht van 2 kg. Druk gedurende 45 tot 60 minuten bij kamertemperatuur. Hoe langer en zwaarder de pers, hoe steviger de paneer. Na het persen, uitpakken en 10 minuten in koud water onderdompelen: dit is de geheime stap die de paneer zijn karakteristieke zuivere, witte kleur geeft en de textuur verstevigt. Dep droog en gebruik onmiddellijk, of bewaar maximaal 4 dagen in koud water.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / paneer