

Indisches Raita

Zutaten für 1 Portion:

1 Becher Naturjoghurt

Salatgurke(n), ca. 2 cm, geschält und grob gerieben

1 EL Minze, frische, fein gehackt

¼ TL Kreuzkümmel

1 Prise(n) Cayennepfeffer

Salz und Pfeffer, schwarzer, frisch gemahlen



Zubereitung:

Für das Raita den Joghurt mit Gurke und Minze cremig aufschlagen, danach mit den Gewürzen abschmecken und dann im Kühlschrank durchziehen lassen.

Arbeitszeit: ca. 5 Minuten

Ruhezeit: ca. 1 Stunde

Gesamtzeit: ca. 1 Stunde und 5 Minuten