

Rezept

## Indisches Joghurt-Lassi

Ein Rezept von Indisches Joghurt-Lassi, am 15.12.2025

### Zutaten

5	frische Minzeblätter	1/2 TL Kreuzkümmelsamen
1 Msp.	Salz	200 g Vollmilchjoghurt
300 ml	kaltes Mineralwasser (medium)	1 Prise Zimt

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 GLÄSER | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal

### Zubereitung

1. Die Minzeblätter waschen, trockentupfen und fein schneiden. Den Kreuzkümmel mit Salz im Mörser fein zerstoßen.
2. Den Joghurt mit der Minze und dem Kreuzkümmel im Mixer oder mit dem Zauberstab verquirlen. Das Mineralwasser zugießen und nochmals kurz mixen. Das Lassi in zwei Gläser füllen und mit Zimt bestäuben.