Rezept

Limetten-Gurken-Joghurt

Ein Rezept von Limetten-Gurken-Joghurt, am 12.10.2024

Zutaten

	Salz
250 g	Sahnejoghurt
½ TL	abgeriebene Bio-Limettenschale
1-2	Knoblauchzehen
1	Bio-Mini-Gurke
1-2 TL	Limettensaft
2 EL	fein gehackte Petersilie
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 75 kcal

Zubereitung

1. Die Gurke waschen, putzen und längs halbieren. Die Kerne mit einem Löffel aus den Hälften schaben. Die Gurke raspeln, mit etwas Salz bestreuen und etwas Wasser ziehen lassen.

---

2. Den Joghurt mit 1 TL Limettensaft, Limettenschale und Petersilie verrühren. Knoblauch schälen und dazupressen. Die Gurkenraspel gut ausdrücken und ohne die Flüssigkeit unterrühren. Den Joghurt mit Salz, Pfeffer und evtl. noch etwas Limetten saft abschmecken. Er passt gut zu Gemüse, aber auch zu gegrilltem Fleisch.