

Rezept

## Minze-Joghurt-Dressing

Ein Rezept von Minze-Joghurt-Dressing, am 04.12.2024

### Zutaten

<b>1</b> Bio-Limette	<b>2</b> Knoblauchzehen, möglichst frisch
<b>6</b> Stängel Minze	<b>300 g</b> Griechischer Joghurt (10 % Fett)
<b>2 EL</b> Olivenöl	<b>2 TL</b> Zucker
Meersalz	schwarzer Pfeffer

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

### Zubereitung

1. Limette heiß waschen und trocken reiben. 1 TL Schale abreiben, 1 EL Saft auspressen. Knoblauch schälen, sehr fein hacken. Minze abrausen und trocken tupfen. Die Blättchen übereinanderlegen, erst in schmale Streifen, dann in Stückchen schneiden. Joghurt mit Limettensaft und Öl glatt rühren, mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Mit Knoblauch und Minze vermischen.