Gurken-Joghurt-Salat

Der Gurken-Joghurt-Salat ist ein beliebtes Rezept aus der indischen Küche und macht als Vorspeise oder Beilage eine gute Figur.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min

Zutaten

150 g	Joghurt
1 Stk.	Salatgurke
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Prise	Ingwer
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer (weißen)

Zubereitung

1. Für den Gurken-Joghurt-Salat entweder die Gurke komplett schälen oder sehr gründlich abwaschen und in Abständen von 1 cm schälen. In sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln und kräftig salzen. Mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.

2. Knoblauch schälen und pressen. Mit dem geriebenen Ingwer in den Joghurt rühren. Gurken in einem Sieb abgießen und kräftig ausdrücken. Mit dem Joghurt mischen und mir Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen.

Tipp

Dieser erfrischend leichte Gurken-Joghurt-Salat schmeckt hervorragend zu scharfen Schmorgerichten oder Kurzgebratenem.