



## Ingwer Raita

Ein wohltuender Kontrast zu indischen Currys (L)

4 Portionen

1 Stück	Gurke, ca. 3- 4 cm	Alle Gemüse (die Gurke ungeschält) in kleinste Würfelchen schneiden, den Ingwer sehr fein raffeln.
1	Tomate	
1 EL	Ingwerwurzel, frisch	Gemüse und Ingwer mit dem Jogurt vermischen. Die Senfsamen mit der Pfeffermühle darüber mahlen oder mit dem Wallholz zerquetschen und beifügen.
360 g	Jogurt nature	
1 TL	Senfsamen	
wenig	frische Korianderblätter	Die Korianderblätter fein schneiden und ebenfalls beimischen.
½ TL	Meersalz	Mit Meersalz und Rohrzucker abschmecken.
	Rohrzucker	

Tipp:

FrISChe Ingwerwurzel ist ziemlich scharf. Probieren Sie aus, mit wie viel oder wie wenig Ihnen die Sauce am besten schmeckt.

Rezept von:  
Haus Hiltl  
Sihlstrasse 28  
8001 Zürich

044 227 70 00  
044 227 70 07 (Fax)  
[www.hiltl.ch](http://www.hiltl.ch)  
[info@hiltl.ch](mailto:info@hiltl.ch)