

Minze-Chutney

Indien

Zutaten:

- 200g fetter, stichfester Griechischer Joghurt
- 1 Handvoll frische Minze
- 1 Handvoll frischer Koriander
- 1 Handvoll Cashew-Nüsse
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 1 Prise Garam Masala Pulver
- wenig Chiliflocken (je nach Schärfewunsch)
- eine Prise Salz
- ein Daumenspitze grosses Stück geschälter frischer Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleiner Spritzer Zitronensaft
- 1 kleiner Schuss flüssiger Honig (oder 1 Teelöffel Zucker)

Zubereitung:

- Knoblauch und Ingwer rüsten und in Stücke schneiden
- Alles ausser dem Joghurt in einen kleinen Mixer geben
- 2 Esslöffel Joghurt dazu
- im Mixer pürieren
- die dann flüssige Masse in eine Schale leeren
- den Rest des Joghurts (ca. 150g) unterrühren

Tipp:

- Unbedingt fetten, festen Joghurt unterrühren, sonst wird das zu flüssig. Die Cashew-Nüsse machen es dann noch etwas sämiger.
- Der indische Minze-Chutney ist allgegenwärtig bei scharfen asiatischen Gerichten. Er wird kalt serviert.

