

---

# Sałatka z ogórka i jogurtu

Dodano: 2010-01-01 17:31:10

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1182 razy.

## Kuchnia indyjska

1 średni, obrany świeży ogórek

1 i 1/2 łyżki drobno posiekanej cebuli

1 szklanę jogurtu lub zsiadłego mleka

1/2 rozartego ząbka czosnku

1/2 łyżeczki soli

szczypta przyprawy chlli

1 łyżka drobno posiekanego szczypiorku

1. Ogórek przekroić wzdłuż, usunąć łyżeczką nasiona, zetrzeć na grubej tarce.

2. Wymieszać ogórek z jogurtem lub zsiadłym mlekiem, cebulą, czosnkiem i chlli.

3. Wstawić pod przykryciem do lodówki na 2-3 godz.

4. Sałatkę podawać ochłodzoną, posypaną szczypiorkiem do potrawy curry

Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD