



Mango und Kreuzkümmel-Joghurt-Dipp

Zutaten für 2 Portionen

- » 1 Bio-Limetten, 1/4 der Schale abgerieben, anschließend die Früchte in Spalten geschnitten, zum Servieren
- » 120 g griechischer Joghurt
- » ½ TL Kreuzkümmelsamen
- » 10 g Koriandergrün, gezupft
- » ½ rote Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- » ½ Mango, geschält und in Streifen geschnitten, oder TK Mango kleingeschnitten
- » 1 rote Chilischote, entkernt und in feine Streifen geschnitten
- » Salz *Wenn Salz, dann Jodsalz*

Zubereitung

Aus Ottolenghis Rezept [Tacos mit Fischfrikadellen](#)

1. In einer kleinen Schüssel den Joghurt mit Kreuzkümmelsamen (½ TL), der Limettenschale und 1 Prise Salz verrühren. Beiseitestellen.

2. TK Mango kleinschneiden und auftauen lassen.

3. In einer kleinen Schüssel Zwiebelstreifen, Mango und Chili vermengen.

4. Koriander darüberstreuen

5. Auf dem angemachten Joghurt Mango-Mix drappieren und mit den Limettenspalten servieren.