

Indická okurková raita

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Česnek 1 stroužek
- Salátová okurka 1 ks
- Bílý jogurt 1 ks
- Pepř, sůl 1 ks
- Rozinky 1 hrst
- Čerstvá máta 4 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Indie

Počet porcí: 3

Postup:

Česnek oloupeme a prolisujeme. Okurku oloupeme a nastrouháme.

Bílý jogurt rozmícháme v míse metličkou se solí, umletým pepřem a prolisovaným česnekem. Přidáme nastrouhanou okurku, rozinky a dáme vychladit.

Indickou okurkovou raitu podáváme jako chutný salát ozdobený lístky máty.