

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Raita di cipolla

LUOGO: Asia / India

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

- 2 tazze di yogurt
- 1 cipolla sminuzzata
- qualche foglia di coriandolo
- qualche foglia di menta
- 2 peperoncini verdi sminuzzati
- 1 cucchiaino di zenzero affettato
- 1 cucchiaino di semi di cumino tostati e macinati
- 1 cucchiaino di semi di mostarda
- polvere di peperoncino e sale a piacere.

PREPARAZIONE

1 Mettere le cipolle nell'acqua per 15 minuti, scolarle e metterle da parte. Miscelare il yogurt con 2 cucchiai d'acqua e di condimento e sbattere fino a che sia tutto molto soffice. Incorporare il resto degli ingredienti ad eccezione delle foglie di coriandolo. Servire guarnito con foglie di coriandolo tritate.