

Fruchtiger Mango Lassi mit Kurkuma - der indische Joghurtdrink

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



- 1 -

Mango schälen und Fruchtfleisch vom Kern lösen. Ingwer schälen und fein reiben.

- 2 -

Mango und 1 TL Ingwer mit restlichen Zutaten in einen Standmixer geben und zu einem cremigen Drink mixen.

Zutaten für 2 Portionen

Für den Lassi

125 g Joghurt
60 ml Milch
1 Mango
1 kleines Stück Ingwer
1 Teelöffel Honig
1 Esslöffel Zitronensaft
1 1/2 Teelöffel Kurkuma

Besonderes Zubehör

Standmixer

In der Türkei gibt es Ayran, in Indien Lassi: Der kühle Joghurtdrink ist in der indischen Küche, die von aromatischen Gewürzen und nicht selten einer gewissen Schärfe lebt, eine willkommene Erfrischung. Milder Joghurt, fruchtig süße Mango und eine extra Prise Kurkuma machen diesen gelben Lassi zum perfekten Partner für ein würziges Curry oder scharfe Tandoori-Spieße!

Du hast noch Mango übrig? Das kannst du mit der exotischen Frucht noch so anstellen: