



Anmeldung für alle Termine unter 0451/4082308 des Nachbarschaftsbüro Vorwerk-Falkenfeld

(Außerhalb der Öffnungszeiten bitte auf Anrufbeantworter sprechen, wir rufen zurück)

Bürgerhaus Vorwerk-Falkenfeld /Elmar-Limberg-Platz 4/I.OG/23554 Lübeck

Buslinie 1 (Peenestieg vor der Tür), Linien 3, 8, 10, Haltestelle Bogenstraße, P am Haus

Weitere Termine immer auf www.gemeinsamtafeln.com / Kochen ohne Grenzen

Minze... ein Chutney

Zutaten für 4 Portionen

75 Gramm frische Minze, 50 Gramm frischer Koriander, 40 Gramm Ingwer, ½ Teelöffel Kreuzkümmel, 4 Esslöffel Zitronensaft, 2 Esslöffel gutes Öl, 2 grüne Chilis, 1 Teelöffel Salz

Zubereitung

- Ingwer schälen und mit den Chilis und dem Koriander grob hacken
- Minzblätter mit dem Rest in eine Küchenmaschine geben und fein pürieren
- Aufbewahrung im Weck-Glas im Kühlschrank

Zusätzlich kannst du dem Dip auch noch etwas pflanzlichen Joghurt untermischen, so wird er besonders cremig und fein



