



ANANDA

Yoga · Ayurveda · EssGenuss

Kokos Chili Limettenaufstrich

Zutaten

300 g	Frischkäse
100 g	Sauerrahm
100 g	Kokosflocken
2	Limetten
½	Rote Paprika
etwas	Chilipulver, Kurkuma, Kreuzkümmel (gemahlen), Salz, Currypulver

Zubereitung

Den Frischkäse und dem Sauerrahm mit einem Handrührgerät glattrühren. Die Kokosflocken langsam hinzufügen sowie alle Gewürze.

Die Limetten auspressen und je nach Geschmack den Saft hinzugeben.
Paprika in feine Würfel schneiden und ebenfalls unterheben.

Tipp: Sehr geschmackvoll auf Baguette oder mit Staudensellerie als *Dip* zum eintunken.

