

**JOGURT-KORIANDER-SAUCE****Ergibt ca. 2 dl Sauce****Zubereitungszeit:** ca. 5 Min.  
**Aufwand:** einfach**Zutaten:**

½ Bund Koriander  
1 EL Sesamsamen  
1 kleine Knoblauchzehe  
180 g Jogurt nature  
Salz, Pfeffer

Es kann sein, dass in diesem Rezept die Reihenfolge der Zutaten nicht mit den Anweisungen in den Rezept-Steps übereinstimmen. Dafür entschuldigen wir uns und dürfen Ihnen aber mitteilen, dass dies innert Kürze behoben sein wird.

Sesamsamen in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fettstoff rösten, bis sie leicht Farbe annehmen. Abkühlen lassen. Koriander fein hacken. Zum Jogurt geben. Knoblauch dazupressen und mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren Sesam darunter mischen.

Veröffentlicht in Ausgabe 11/2007 auf Seite 52

**Nährwerte** Pro dl ca.**Kalorien:** 450 kj / 100 Kcal  
**Fett:** 6 g**Eiweiss:** 5 g  
**Kohlenhydrate:** 9 g**Ihre Optionen zu diesem Rezept**

Exklusiv für Abonnenten

[Rezept zu meiner Sammlung hinzufügen](#)

Ohne Abo

- [In den Einkaufszettel](#)
- [Einkaufszettel drucken](#)
- [Rezept drucken](#)
- [Rezept verschicken](#)