

Joghurt Sauce

Zutaten

1 Hand	Gartenkräuter
300g	Naturjoghurt fettarm
1/2	Zitrone
1TL	Chiliflocken
1EL	Olivenöl
Pfeffer, Salz	Nach eigenem Bedarf

Zubereitung

1. Wenn du frische Kräuter verwendest, löse diese von den Stielen und hacke die Kräuter schön klein.
2. Rühre diese unter den Joghurt und gebe das Olivenöl, den Zitronensaft und die Chiliflocken hinzu
3. Schmecke alles mit Salz, Pfeffer und Stevia ab