



Süßkartoffel-Joghurt-Dip

🕒 75–80 Min   

Zubereitung

- 1 Im ersten Schritt den Backofen auf 180 °C vorheizen. Nun die Süßkartoffel waschen, mit einer Gabel einstechen und in Alufolie wickeln. Die Süßkartoffel auf ein Backblech legen und für 50 Minuten in den Ofen schieben. Dann herausnehmen, zehn Minuten abkühlen lassen und die Folie vorsichtig entfernen. Jetzt vollständig abkühlen lassen.
- 2 Im nächsten Schritt die abgekühlte Süßkartoffel schälen. Süßkartoffel, Öl, Orangensaft und -schale, Joghurt, Parmesan, Kotányi Gewürze und Salz in den Mixer geben und etwa drei Minuten lang unter gelegentlichem Rühren pürieren.
- 3 Wenn die Konsistenz zu fest ist, etwa 30 ml kaltes Wasser hinzufügen. Den Dip mit Bruschetta oder Crackern servieren.

Zutaten für 4 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

300 g	Süßkartoffeln
1 EL	Olivenöl
0.5 Stk.	Orange (Saft und Zeste)
120 g	Griechisches Joghurt
30 g	Parmesan
1 Prise	♦ Cumin (Kreuzkümmel) gemahlen
1 Prise	♦ Koriander gemahlen
0.5 TL	♦ Pfeffer schwarz ganz
1 Prise	♦ Zimt gemahlen
1 Prise	♦ Muskatnuss gemahlen
1 Prise	♦ Cardamom gemahlen
1 Prise	♦ Meersalz jodiert grob

