



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Raita au concombre et tomate .



Ingrédients pour 2 personnes :

- 1/2 concombre
- 1 tomate à chair ferme
- 1 petit oignon
- 1 yaourt nature
- 1 c.à.c de cumin moulu
- 1 c.à.c de graines de moutarde
- Sel

- Peler et détailler le concombre en petits dés
- Laver, peler, couper, émincer la tomate et l'oignon
- Mettre le yaourt, les dés de concombre et de tomates, l'oignon et le cumin dans un saladier
- Saler et mélanger bien, ajouter les graines de moutarde à la préparation. Servir frais

