Gemüse-Sticks mit Limetten-Kräuter-Dip

Für zwei Personen

Für die Gemüse-Sticks:

$\frac{1}{2}$ Gurke	2 Stangen Staudensellerie	1-2 Karotten
1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	

Für den Dip:

1 Limette	1 Zitrone	1 Knoblauchzehe
6 cm Ingwer	100 g griech. Joghurt, 10%	2 EL Milch
4 Zweige Petersilie	4 Zweige Kerbel	1 Prise Zucker
mildes Chilisalz		

Für die Gemüse-Sticks:
Die Gurke waschen, trockentupfen, von Enden befreien, längs halbieren und die Kerne entfernen. Selleriestangen waschen und trockentupfen.
Karotten schälen und von Enden befreien. Paprikaschoten waschen, trockentupfen, halbieren und von Kernen und Scheidewänden befreien.
Alle Gemüsesorten in etwa 8 cm lange Sticks schneiden **Für den Dip:**
Knoblauch abziehen und reiben. Ingwer reiben. Limette und Zitrone waschen, trockentupfen, Schale abreiben, Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Kerbel und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Den Joghurt mit der Milch verrühren und mit einigen Tropfen Limettensaft, Limettenabrieb, Zitronenabrieb, Kerbel, Petersilie, Ingwer, Knoblauch sowie Chilisalz und einer Prise Zucker würzen und gut vermischen.
Die Gemüse-Sticks in Gläsern anrichten und den Dip in einem Schälchen daneben stellen. Das Gericht servieren.

Alfons Schuhbeck am 03. Juni 2020