



## Macedonië

### **Гулаш од краставица и јогурт - Gulaš od krastavica i jogurt** *Goulash van komkommer en yoghurt*

1 ui  
½ tl. karwijzaad  
1 el. zoet paprika-poeder  
1 tl. scherp paprika-poeder  
1 blik tomaten  
1 tl. vegeta  
1 tl. gedroogde munt  
2 komkommers  
3 dl. stevige yoghurt  
1 el. bloem

Snipper de ui en bak ze samen met de karwijzaadjes in wat olie rustigjes glazig. Haal de pan van het vuur, strooi er de twee soorten paprika-poeder bij en blus meteen af met een scheut water of witte wijn. Doe er de tomaten bij, kruid het met munt en vegeta en laat het een klein half uurtje sudderen, tot de olie zich van de tomaten scheidt en de saus lekker zoet is geworden.

Was ondertussen de komkommers (niet schillen). De uiteinden snij je er af: die mogen in de GFT-bak. Snij de komkommers in dikke schijven.

Meng een paar lepels van de yoghurt met de bloem. Dat meng je weer door de rest van de yoghurt.

Meng nu de yoghurt door de tomatensaus. Breng het aan de kook en doe er de schijven komkommer door. Laat het 5 tot 10 minuutjes zachtjes pruttelen, afhankelijk van hoe stevig en knapperig je komkommers mogen blijven. Wel regelmatig roeren, anders brandt de yoghurt aan.

Serveer deze komkommergoulash met rijst of brood.