

INSTANT GOURMAND



Tzatziki



Pour 4 personnes:

- 1 concombre
- 1 yaourt grec
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 1 gousse d'ail
- menthe séchée
- gros sel*

Peler le concombre, ôter les graines et le tailler en très fines lamelles. Les placer dans une passoire, saupoudrer de gros sel et laisser égoutter environ une demi-heure. Dans un saladier, battre le yaourt grec avec l'huile d'olive et le jus de citron. Ajouter la gousse d'ail pelée et pressée et la menthe séchée. Essorer les lamelles de concombre dans un torchon et les incorporer au yaourt. Placer au frais au moins une heure et servir avec du pain frais ou grillé.

* attention à ne pas trop ajouter de gros sel, l'ensemble sera sinon trop salé au final. Je pense que deux pincées devraient suffire, j'en avais mis de trop pour ma part (4)

Merci de votre visite et à bientôt pour de nouvelles recettes gourmandes !....

www.mirabellecuisine.canalblog.com