



TZATZIKI

Une recette rafraîchissante pour l'été.

Ingédients

Pour 4 personnes

- 1 concombre
- 400 g de yaourt végétal (ou yaourt nature)
- 2 gousses d'ail
- 1 citron
- 2 cuillères à café d'aneth
- Sel, poivre

Temps

- ⌚ 10 minutes de préparation et 2 heures d'essorage

Préparation

- Égoutter le yaourt au-dessus d'une passoire dans un linge propre pendant 2 heures.
- Pendant ce temps, éplucher les concombres, retirer les graines et les râper.
- Essorer le maximum de jus dans un linge propre et le conserver pour une boisson rafraîchissante.
- Mélanger le concombre, le yaourt, le citron pressé, l'aneth et le sel.
- Goûter et ajuster en sel si besoin.

Matériel



2 saladier



1 passoire