

zeste

Tzatziki

par ZESTE

Quantité : **4 portions** (0) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **10 min**

Préparation **10 min**

Préparation

1. Mélanger tous les ingrédients dans un bol et réserver au réfrigérateur.
2. Au service, décorer avec une feuille de menthe, un ruban de concombre et filet d'huile d'olive.

PUBLICITÉ

Ingrédients

250 ml (1 tasse) de yogourt grec nature

1/2 concombre anglais, épépiné et râpé

30 ml (2 c. à soupe) de menthe fraîche, ciselée

30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive

Le jus de 1/2 citrons

2 gousses d'ail, hachées

Sel et poivre noir du moulin

Bon à savoir !

→ Faites votre yogourt grec vous-même pour épargner! Étalez un coton à fromage dans un tamis et versez du yogourt nature ordinaire. Posez le tamis au-dessus d'un bol creux, couvrez d'un papier absorbant et laissez égoutter toute la nuit au réfrigérateur. Au matin, vous aurez un yogourt plus épais encore que le yogourt grec trouvé en supermarché. Plus vous le laissez s'égoutter, plus il sera épais.

PUBLICITÉ

► [Voir la vidéo de la recette](#)