

# zeste

## Tzatziki de Chuck Hugues

par *CHUCK HUGHES*

Quantité : **250 ml (1 tasse)** (0) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **10 min**

Préparation **10 min**



### Préparation

1. Saler le concombre et bien mélanger pour dégorger. Presser pour extraire l'excédent d'eau.
2. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients.

PUBLICITÉ

### Ingrédients

250 ml (1 tasse) de concombres anglais, pelé, épépiné et râpé

1 gousse d'ail, hachée finement

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

30 ml (2 c. à soupe) d'aneth, haché

250 ml (1 tasse) de yogourt nature épais

1 citron, pour le jus et le zeste

Sel et poivre

PUBLICITÉ