



Cuisine et
dépendances

Tzatziki



Le tzatziki est un incontournable de la cuisine grecque. Je le mange bien frais, en entrée mais on peut tout aussi bien s'en servir comme sauce. Vite préparé et très léger, c'est un plat idéal pour l'été et cela permet de consommer les concombres autrement qu'en vinaigrette. On peut aussi le mettre sur des toasts pour servir à l'apéritif, mais attention ! le tzatziki rend beaucoup d'eau.

Ingrédients :

- 1/2 concombre
- 2 yaourts
- 2 gousses d'ail
- 1 cuil. à soupe d'aneth
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre
- facultatif : 2 cuil. à soupe de jus de citron

Préparation :

Peler le concombre et le râper grossièrement. Mettre dans une passoire avec un peu de sel pour ôter

l'excédent d'eau.

Peler et dégermer l'ail. Hacher le plus fin possible.

Dans un plat, mélanger le concombre bien égoutté, les yaourts, l'aneth, l'ail haché et l'huile d'olive.

Presser l'ail au dessus du plat pour profiter du jus.

Ajouter une pincée de sel et le jus de citron. Mélanger et mettre au réfrigérateur.

Servir bien frais.

Le 11 juin 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/06/11/index.html>