



TZATZIKI

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 2 concombres
- 500g de yaourt grec ou fromage blanc épais
- 2 gousses d'ail
- 1/4 de botte d'aneth
- 1/4 de botte de menthe
- Huile d'olive Zyos
- 1 c-à-c de vinaigre de xérès
- Sel, poivre

DÉROULÉ

Laver les concombres et réaliser une brunoise.

Ciseler l'aneth et la menthe, réserver.

Porter l'eau à ébullition dans une petite casserole avec les gousses d'ail.

À la reprise de l'ébullition, enlever l'eau et plonger à nouveau ces gousses d'ail dans de l'huile d'olive cette fois-ci.

Laissez-les confire à feu très doux pendant 30 minutes.

Écraser l'ail confit et mélanger tous les ingrédients.

DRESSAGE

À servir dans un bol, avec du pain pita, des crudités...

TIPS DU CHEF

Ne pas mettre le "cœur" du concombre qui rendra trop d'eau et donnera un Tzatziki trop liquide! Gardez-le pour réaliser un gaspacho ou une soupe froide ;)

Recette inspirée des restaurants grecs Yaya

www.zyosorganic.com

 @zyosorganic