

SALSE E SUGHI

Cacik

LUOGO: **Europa / Russia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + 40 MINUTI DI FRIGORIFERO



Il **cacik** è una deliziosa ricetta di origine ottomana molto buona e saporita, che in quei paesi viene servita come antipasto ma può essere tramutata da noi come salsa d'accompagnamento perfetta per le grigliate di carne o pesce. La ricetta è davvero semplice, fresca e golosa è perfetta nelle sere d'estate grazie alla presenza del cetriolo e dello yogurt che conferiscono un gusto delizioso. Provate questa ricetta e se amate questo tipo di preparazioni vi invitiamo a realizzare anche lo [tzatziki](#)!

INGREDIENTI

YOGURT 1 bicchiere

LATTE INTERO 3 cucchiaini da tavola

SUCCO DI LIMONE 1 cucchiaino da tavola

SPICCHIO DI AGLIO 1

MENTA

ANETO ESSICCATO 1 pizzico

CETRIOLI tagliato a fettine sottilissime - 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1
cucchiaino da tavola

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete fare il cacik, versate lo yogurt in una terrina, unitevi il latte, il succo del limone e lavorate bene gli ingredienti con un cucchiaio di legno.



- 2 Sbucciate lo spicchio d'aglio, schiacciatelo ed unitelo allo yogurt con una presa di sale, poi continuando a mescolare, aggiungete l'olio.

Aromatizzate con qualche foglia di menta lavata, asciugata e tritata e con l'aneto sbriciolato.



3 Unite il cetriolo al composto preparato.



4 Mescolate bene, poi riponete il cacik in frigorifero per 40 minuti.

Prima di servirlo, ricordatevi di eliminare l'aglio.