

ANTIPASTI E SNACK

# Tzatziki

di: *Cookaround*

---

LUOGO: **Europa / Grecia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **15 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



## INGREDIENTI

CETRIOLI 2

YOGURT GRECO 500 gr

SPICCHIO DI AGLIO 4

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiari da tavola

SALE

Lo tzatziki è un piccolo segreto di cucina che greci, armeni e bulgari sanno ben sfruttare. Può essere un antipasto, e noi ve lo presentiamo sotto questa veste, ma può anche essere una salsa a sè o un contorno. E' perfetto per accompagnare i souvlaki che troverete tra le nostre videoricette ed è facile e velocissimo da preparare. Non sono richiesti ingredienti particolari ma solo cetrioli, aglio e yogurt greco! In base alle regioni in cui viene preparato, si trovano aggiunte di erbe aromatiche diverse o persino di cipolle.

# PREPARAZIONE

- 1 Lavate e spuntate i cetrioli, quindi strofinare con un movimento circolare una punta rimossa del cetriolo sull'estremità del cetriolo stesso, in questo modo si eliminerà il sapore amarognolo del vegetale.



- 2 Sbucciate i cetrioli e grattugiateli facendoli ricadere su di un canovaccio pulito; richiudete il canovaccio sopra il cetriolo e strizzate la polpa di cetriolo così da fargli perdere più acqua di vegetazione possibile.



- 3 Riunite in una ciotola sufficientemente capiente lo yogurt greco e la polpa di cetriolo strizzata; mescolate per amalgamare gli ingredienti.



- 4 Schiacciate, con l'apposito attrezzo, gli spicchi d'aglio facendoli ricadere direttamente nella ciotola.



- 5 Perfezionate la salsa con l'olio extravergine d'oliva ed il sale, mescolate fino a quando l'olio non sarà completamente assorbito dal composto.



- 6 Servite la tzatziki come accompagnamento a piatti di carne come i souvlaki, tipici spiedini greci.

NOTE