

# SAUCE TZATZIKI, CONCOMBRE ET MENTHE



## INGRÉDIENTS

- ½ concombre
- 400g de yaourt grec nature
- 2 gousses d'ail pilées
- 10 feuilles de menthes ciselées
- Le jus d'un demi citron
- Sel, poivre

**TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN**  
**TEMPS TOTAL : 30MN**

## PRÉPARATION

Laver puis couper le concombre dans le sens de la longueur et l'épépiner à l'aide d'une cuillère.

Le râper grossièrement avec la peau et le mettre dans une passoire.

Saupoudrer de sel et laisser égoutter 15 mn.

Pendant ce temps, mélanger le yaourt, la menthe, l'ail pilé et le jus de citron dans un grand bol.

Rincer le concombre à l'eau froide et l'essorer.

L'ajouter au yaourt, saler et poivrer.

Servir immédiatement ou le réserver au réfrigérateur.