



TZATZIKI



Ingrediënten:

- 1 komkommer
- 2 el extra vierge olijfolie
- 150 g soya yoghurt
- 1 à 2 teentjes fijngehakte knoflook
- een klein handje fijngehakte munt
- enkele sprietjes bieslook
- 1 koffielepel citroensap
- peper en zout

Bereidingswijze:

- Verwijder de zaadlijsten uit de komkommer.
- Rasp de komkommer, bestrooi met zout en laat goed uitlekken.
- Meng de uitgelekte komkommers met de yoghurt, olijfolie, fijngehakte knoflook, munt en bieslook.
- Breng op smaak met citroensap, peper en zout
- Smakelijk!