



Ricetta

Tarator di cetrioli

Deliziosamente rinfrescante: la zuppa di yogurt della cucina balcanica

15 min

Tempo di preparazione



30 min

Tempo totale



Ingredienti per 4 persone

QUANTITÀ

2 cetrioli da insalata sbucciati e grattugiati

1 c sale

1 spicchio d'aglio schiacciato

1 mazzo aneto tritato

1/2 limone, buccia grattugiata e succo

500 g yogurt greco nature

2 C noci tostate tritate

Alcune fettine di cetriolo

Un po' aneto spezzettato

Un po' olio d'oliva

Ecco come si prepara

1 di 1

PREPARAZIONE Mescolare i cetrioli con il sale, lasciar riposare 15 minuti. Mettere i cetrioli in un setaccio, lasciar sgocciolare, mescolare con aglio, aneto, scorza e succo di limone e yogurt, lasciar raffreddare coperto in frigorifero per un'ora. Impiattare il tarator e guarnirlo con noci, fette di cetriolo, aneto e un pizzico di olio d'oliva.