Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



SALSAS Y CONDIMENTOS · VEGETARIANO

Tzatziki

4 raciones

Ingredientes

- Yogur griego natural
- Pepino
- AOVE
- Ajo
- Menta fresca
- Pimienta molida
- Jugo de limón

Elaboración

1. Pelar y rallar el pepino
2. Dejar escurrir el agua del pepino
3. En otro bol, mezclar el resto de ingredientes
4. Integrar el pepino en la mezcla

RECOMENDACIONES

El creador se saltó el paso de escurrir el agua del pepino, por eso el resultado se ve más acuoso.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion