



reteta-video.ro

Sos tzatziki

Tzatziki este un sos de castraveti si iaurt, aromat si racoritor. Extrem de rapid de pregatit, potrivit pentru o zi de vara, acest sos g cremos poate fi servit alaturi de carne, peste sau legume la gratar, dar si simplu, pe o felie de paine prajita.

INGREDIENTE SOS TZATZIKI

300 gr. de iaurt gras
2 castraveti spalati
5-6 catei de usturoi curatati si spalati
o legatura de marar spalat
3-4 linguri de ulei de masline
sare
piper proaspat macinat

MOD DE PREPARARE SOS TZATZIKI

PASUL 1

Pregatim o strecuratoare in care punem iaurtul la scurs, unde il lasam minim o ora.

PASUL 2

Curatam castravetii de coaja.

PASUL 3

Taiem castravetii foarte marunt. Ii putem rade si pe razatoarea mare.

PASUL 4

Pregatim o alta strecuratoare.

PASUL 5

Punem castravetii tocati in cea de-a doua strecuratoare.

PASUL 6

Adaugam sare peste castraveti si ii lasam sa se scurga minim o ora.

PASUL 7

Zdrobim usturoiul.

PASUL 8

Tocam marunt mararul.

PASUL 9

Punem usturoiul zdrobit intr-un bol si adaugam sare.

PASUL 10

Peste usturoi punem treptat uleiul si amestecam bine.

PASUL 11

Adaugam o lingura de iaurt si continuam sa amestecam pana cand obtinem o pasta omogena.

PASUL 12

Condimentam cu sare si cu piper.

PASUL 13

Dupa o ora pregatim un bol in care vom face tzatziki.

PASUL 14

Stoarcem bine castravetii din strecuratoare, pentru a scoate toata apa din ei si ii punem in bol.

PASUL 15

Punem iaurtul scurs peste castravetii storsi.

PASUL 16

Adaugam sosul de usturoi si mararul tocat.

PASUL 17

Amestecam bine toate ingredientele.

PASUL 18

Gustam si condimentam, daca mai este nevoie.

PASUL 19

Acoperim bolul si il introducem in frigider pentru minim o ora.

PASUL 20

Servim rece, alaturi de carne, peste, legume la gratar sau simplu, pe o felie de paine prajita.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru Sos Tzatziki.

POFTA BUNA!