

Tzaziky

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Salátová okurka 1 ks
- Nízkotučný tvaroh 1 ks
- Zakysaná smetana 2 lžíce
- Česnek, sůl 1 ks
- Kopr 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Řecko

Počet porcí: 4

Postup:

Okurku nahrubo nastroháme, osolíme, dle chuti přidáme kopr, sůl, česnek, doplníme tvaroh a kysanou smetanu. Pokud chceme tužší konzistenci, okurku napřed osolíme a po chvíli slijeme přebytečnou šťávu. :-)