

## Tzatziki



Questa salsa greca a base di yogurth, aglio, cetriolo e olio d'oliva è forse uno dei condimenti più conosciuti della cucina greca.

Ed è una ricetta assolutamente vegetariana.

Sempre buona: che venga servita col gyros o con delle semplici melanzane fritte o, addirittura, da sola, da spalmare sul pane.

Definire gli ingredienti da usare è semplicissimo: più difficile è dire in quali quantità vadano usati...

L'importante è che lo yogurt sia quello colato, alla greca. Per il resto ognuno si regoli secondo il gusto!

Ingredienti:

- aglio
- olio EVO (*poco*)
- yogurt
- cetriolo
- aneto (*facoltativo*)
- sale (*con molta moderazione*)

Preparazione:

Per prima cosa preparare gli ingredienti: fare a pezzettini l'aneto (facoltativo; ma a me piace), schiacciare l'aglio e grattugiare il cetriolo sbucciato.

Strizzare bene in un colino il cetriolo grattugiato (o, meglio ancor, in un telo sottile) e tenere da parte il liquido:

ottimo per impacchi alla pelle del viso!

Mescolare gli ingredienti e aggiungere, mescolando molto delicatamente, lo yogurt.

Conservare al fresco fino al momento di usarlo (al massimo un giorno).

SUGGERIMENTI:

- Come regola, sale e olio, è meglio aggiustarli alla fine, aggiungendoli con molta moderazione! Io nel preparare le foto li ho messi subito, tanto conosco i miei gusti: da una sessantina d'anni!
- A piacimento, sostituire l'aneto con dell'origano.
- Una piacevole sorpresa: provatelo con le patatine fritte invece del ketchup!