

# TZATZIKI (TREMPETTE YOGOURT GREC)



MUSÉE DE L'AGRICULTURE ET DE  
L'ALIMENTATION DU CANADA – CANADA  
AGRICULTURE AND FOOD MUSEUM

Emplacement du programme : En ligne

Cette délicieuse trempette peut être préparée en quelques minutes ! Ses saveurs rafraîchissantes et acidulées la rendent parfaite pour accompagner des pains pita chauds, des légumes frais ou grillés, ou comme délicieuse tartina pour vos wraps.

## Ingrédients

- 1 tasse (250 ml) de yogourt grec nature
- 1 c. à table (15 ml) de jus de citron frais
- 1 c. à table (15 ml) d'huile d'olive extra vierge
- 1 c. à table (15 ml) d'aneth frais ou lyophilisé, haché
- 1 ou 2 gousses d'ail, émincées
- ¼ c. à thé (1 mL) de sel
- ¾ tasse (180 mL) de concombre râpé (environ la moitié d'un concombre moyen)

## Préparation

1. Dans un grand bol, mélanger le yogourt grec avec le jus de citron, l'huile d'olive, l'aneth, l'ail haché et le sel. -Remuer pour combiner.
2. À l'aide d'une râpe, râper le concombre.
3. Placer le concombre râpé dans une serviette en papier ou un essuie-mains propre et presser l'excès d'eau au-dessus de l'évier.

## TZATZIKI (TREMPETTE YOGOURT GREC) | 2

4. Ajouter le concombre râpé pressé dans le bol, puis remuer jusqu'à ce que tout soit uniformément mélangé.
5. Servir immédiatement ou placer au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.
6. Verser dans un bol et servir avec vos légumes préférés ou du pain pita. -Bonne dégustation!

**Note:** Il est très important de presser l'excès d'eau des concombres. Sinon, le tzatziki aura une consistance liquide.