

# Řecké Tzatziki



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 5min , Porce: 4

86 kalorií , 0 g cukrů , 7 g tuků , 1 g bílkovin

**Autor:** LUSYLIE

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/recke-tzatziki>

## Příprava

Okurku nastrouháme na hrubem struhadle, šťávu zcedíme. Všechny ingredience smícháme, dochutíme kořením a česnekem.

### ▣ Tip k receptu

Pokud nemáme orig. koření na Tzaziki z Řecka můžeme nahradit koprem, solí, pepřem a někdo přidává mátu.

## Ingredience

- 1 okurka
- 250 g řeckého jogurtu
- 125 g zakysané smetany
- 1 lžíce olivového oleje
- 1/2 lžičky koření Tzaziky
- 1-2 stroužky česneku

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Salát

