

Joghurt-Soße

Für 4 Portionen

500 g griech. Joghurt 10%	2-3 Knoblauchzehen	1 Salatgurke
2 EL Olivenöl	1 TL Salz	$\frac{1}{2}$ TL weißer Pfeffer
1 TL getrock. Minze	1/2 Zitrone, Saft	Dill oder Petersilie

Die Gurke schälen, entkernen und sehr fein würfeln. Mit Salz bestreuen und 15 Minuten ziehen lassen, dann gut ausdrücken.

Die Knoblauchzehen durch eine Presse drücken oder sehr fein hacken.

Joghurt in eine Schüssel geben, Knoblauch, ausgedrückte Gurke, Olivenöl und alle Gewürze hinzufügen.

Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken Mindestens 2 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

NN am 09. Februar 2026