

Dip koperkowo-czosnkowy

Składniki:

5 łyżek jogurtu naturalnego 0%
1 pęczek koperku
2 ząbki czosnku
sól morska
pieprz ziołowy

Sposób wykonania:

Koperek opłukać, osuszyć i drobno pokroić. Czosnek obrać, opłukać i pokroić w kostkę. Do miseczki przełożyć jogurt naturalny. Dodać do niego koperek i czosnek. Przyprawić do smaku solą morską i pieprzem ziołowym. Wszystko razem dokładnie wymieszać i włożyć do lodówki do schłodzenia.

Sos jest idealny do różnego rodzaju mięs, wędlin, ryb, faszerowanych jajek, pizzy i grilla.