

Salsa allo yogurt ed erbe aromatiche (per carne, pesce e verdure)

Salsa d'accompagnamento

Difficoltà: facile

Tempo di preparazione: 10 minuti

Ingredienti (per 4 persone)

- 300 gr di yogurt greco bianco magro senza zuccheri aggiunti
- 1 cucchiaino di succo di un lime o un limone
- 1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva
- Erbe aromatiche fresche o secche a piacere (erba cipollina/rosmarino/timo/basilico)
- Sale q.b.

Preparazione

Versare in una terrina lo yogurt greco.

Unire il succo di limone e l'olio.

Amalgamare gli ingredienti con una forchetta per formare una crema densa.

Unire le erbe aromatiche ridotte in pezzettini molto piccoli.

Continuare ad amalgamare tutti gli ingredienti.

Far riposare in frigo per mezz'ora prima di servire.

Utilizzare la salsa per condire insalate, verdure, secondi piatti come pesce o carne bianca.

