

## Tzatziki – schnell selber gemacht

### Zutaten

Ein Becher Naturejoghurt (nicht stichfest, am besten bio, da dieses schön cremig und nicht zu sauer ist)

½ Gurke

Salz

Knoblauch

### Zubereitung

Die Gurke schälen und mit der Röstiraffel raffeln. Etwas Salz darüber streuen und gut ziehen lassen. Dazwischen die geraffelte Gurke immer wieder mit gewaschenen Händen ausdrücken und das Gurkenwasser wegschütten. Die Gurke am besten am Morgen raffeln, mit Salz darüber kühlstellen und am Abend dann ordentlich ausdrücken.

Die geraffelte und abgetropfte Gurke mit dem Joghurt mischen und frisch gepressten Knoblauch dazu geben. Wer es in Sachen Knoblauch etwas milder mag: Eine Knoblauchzehe längs aufschneiden und damit die kleine Schüssel, in der das Tzatziki serviert wird, ausreiben. Für Knoblauchliebhaber: eine halbe Zehe Knoblauch in die Masse pressen. Für Knoblauchfreaks: Eine ganze Zehe gepresst dazugeben. Nachsalzen ist nicht nötig. Die Gurke ist ja nach dem Raffeln gesalzen worden. Kalt servieren.

### Zeitaufwand

5 Minuten

Tzatziki passt hervorragend zu Grilladen oder frischem, dunklem Brot.