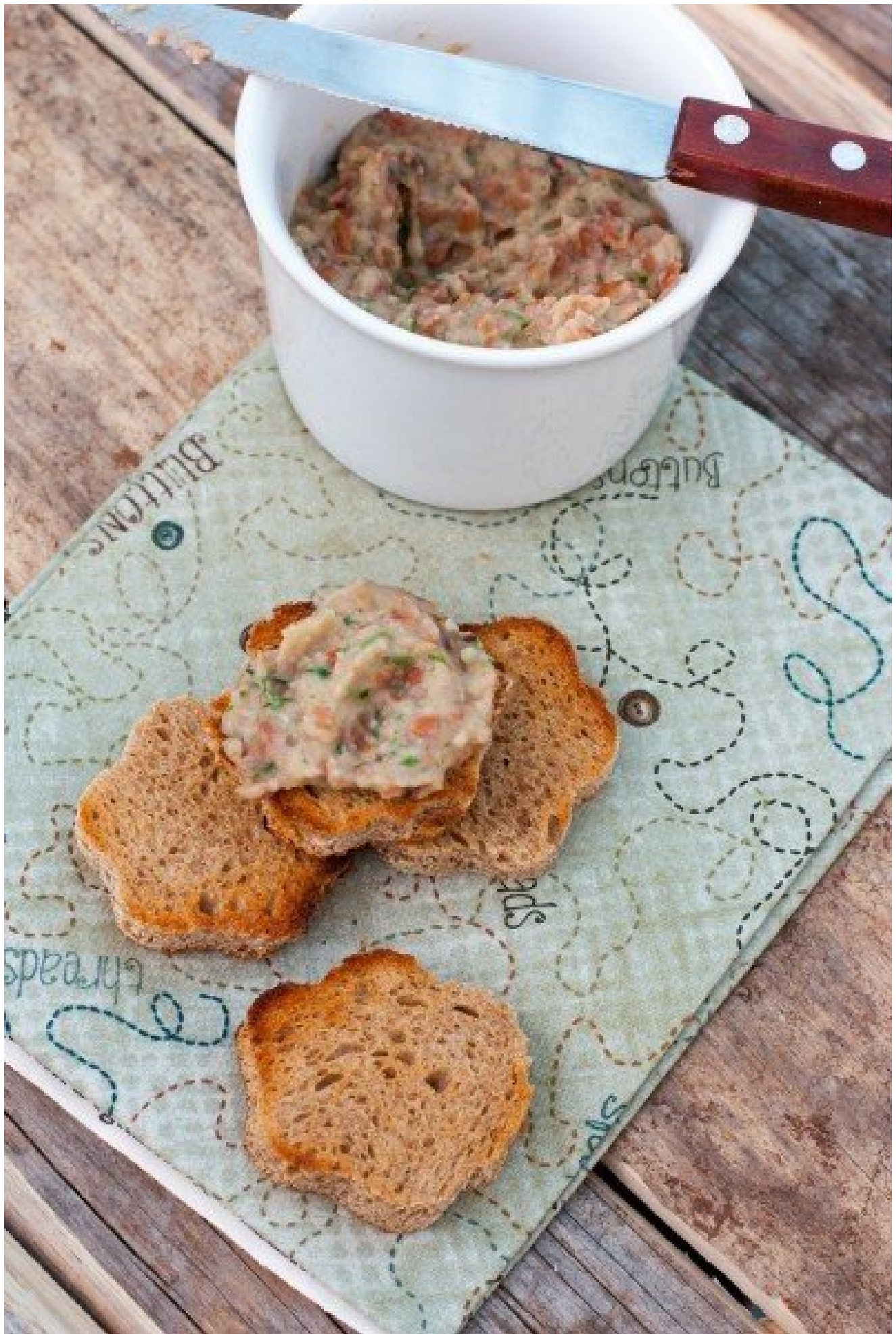


Дзадзики

Дзадзики – холодный соус-закуска из свежего огурца и чеснока, типичное блюдо греческой кухни. Основным ингредиентом является домашний йогурт. Но заменив его фасолью, закуска не потеряет своего вкуса, а как по мне, так даже выиграет от этого!



#пища #фасоль #огурец #чеснок #греция #food #beans #cucumber
#garlic #greece

Дзадзики. Ингредиенты:

Фасоль – 1 ст.

Огурец свежий – 1 шт.

Чеснок – 2 зуб.

Масло оливковое – 5 ст.л.

Специи по вкусу

Сок половинки лимона

Свежая зелень укропа

Дзадзики. Приготовление:

Предварительно замоченную фасоль отварить до готовности и пюрировать.

Огурец натереть на мелкой терке. Хорошо отжать. Чеснок пропустить через пресс.

Для соуса соединить масло, сок половинки лимона, специи, чеснок и мелко нарезанную зелень укропа.

Смешать пюре из фасоли, огурец и соус. Хорошо перемешать и поставить в холодильник минут на 30.

Прекрасный освежающий вариант перекуса. Прямо очень вкусно!



Фото и рецепт Анны

Томатно-фасолевый суп с итальянским ароматом. Замечательный супчик, который можно легко приготовить. И себя порадовать и родных!

Суп минестроне от Белоники. Мама миа, минестроне. Одно название – уже целая Италия. Целая подборка замечательных рецептов Стариковой Ольги очаровала меня и, надеюсь, пригодится вам на этой неделе и далее по жизни.

Мексиканский томатный суп с чили и фасолью. Сегодня хочу предложить вам ароматный вкусный в меру острый супчик – такой который и дома и на даче и на свежем воздухе пойдет на ура!

Я в Моём мире, Одноклассниках, Фейсбуке, Вконтакте, Твиттере, Гуглоплюсе, Инстаграме.