

Crema di cetriolo



Esecuzione: Facile

Preparazione: 20

Cottura: 0

Dosi per 4 persone

Lava i cetrioli, toglì i semi e frullali con lo yogurt, il succo di limone, le foglie di menta lavate e asciugate, il sale e una spruzzata di pepe. Metti la crema in una ciotola di vetro precedentemente raffreddata in frigo per alcune ore, oppure durante la preparazione metti la ciotola in freezer e, una volta riempita, mettila di nuovo in freezer per 5 prima di servirla.

Sistemala in coppette individuali e accompagnala a piacere con crostini di pane o grissini al sesamo.

Ingredienti per 4 persone

- 4 yogurt densi al naturale
- 2 cetrioli
- 1/2 limone
- 8 foglie di menta fresca

- sale e pepe