



Rheinland-Pfalz
ISST BESSER



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR
KLIMASCHUTZ, UMWELT,
ENERGIE UND MOBILITÄT

Veganes Tzatziki

4 Portionen

Zutaten:

- 500g Sojajoghurt (ungesüßt)
- 4 EL Olivenöl
- ½ Salatgurke
- 1 TL Meersalz
- 4 Zehen Knoblauch
- ½ TL schwarzer Pfeffer

So wird es gemacht:

1. Zuerst die Gurke fein raspeln und mit ½ TL Salz in einer Schüssel vermengen und für 10 min. ziehen lassen.
2. Dann den Knoblauch schälen und zerhacken und mit dem Sojajoghurt verrühren.
3. Die Gurke gut abtropfen lassen, mit den Händen die überschüssige Flüssigkeit ausdrücken und anschließend mit dem Öl zum Joghurt geben. Nochmals gut vermengen.
4. Letztlich mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

