

# Tzatziki Sauce

## Zutaten

<b>250g</b>	Magerquark
<b>250g</b>	Naturjoghurt fettarm
<b>2</b>	Knoblauchzehen
<b>1/2</b>	Gurke
<b>1EL</b>	Olivenöl
<b>Pfeffer, Salz</b>	Nach eigenem Bedarf

## Zubereitung

1. Entferne zuerst den flüssigen/wässrigen Kern der halben Gurke.
2. Raspel die übrigen Stücke der Gurke in eine Schüssel.
3. Presse zwei Knoblauchzehen dazu
4. Nun gibst Du den Esslöffel Olivenöl, den Joghurt und den Quark dazu und verrührst alles zu einer cremigen Masse.
5. Schmecke Dein selbstgemachtes Tzatziki mit Pfeffer und Salz ab. Da dauert selbst der Einkauf im Supermarkt länger!