

Sauces à base de yaourt et d'herbes aromatiques faites maison



Sauce au yaourt et fines herbes

Mélange 200 g de yaourt avec 2 cuillères à soupe de ciboulette, 2 cuillères à soupe de persil, 2 cuillères à soupe d'aneth et 1 cuillère à soupe de jus de citron. Ajoute du sel et du poivre. Idéal avec une salade ou un poisson grillé.

Sauce au yaourt et à l'ail

Mélange 200 g de yaourt avec 1 gousse d'ail pressée, 1 cuillère à soupe de ciboulette hachée et 1 cuillère à soupe de basilic haché. Ajoute 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, du sel et du poivre, et mixe finement à l'aide d'un mixeur plongeant ou d'un blender. Délicieux avec des pommes de terre, de l'agneau...

Sauce épicée yaourt et sriratcha

Mélange 200 g de yaourt avec 3 tomates séchées (en morceaux), 1 c. à s. de sriratcha, 1 c. à c. d'origan séché et 1 c. à c. de romarin. Mixe finement à l'aide d'un mixeur plongeant. Assaisonne de sel et de poivre. Délicieux avec de la viande ou des légumes grillés.

Conseil: selon la consistance, ajoute un peu d'eau pour obtenir une sauce fluide.