

Calabacines con salsa de yogur



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo **Recetizador:** Maria Perez Cal



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegetariana

Otros: Cocina Saludable

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 2 Calabacines
- 1 yogur natural
- ½ pepino
- Pimienta negra
- Aceite de oliva
- Sal

Preparación:

Paso 1

Lava los calabacines, sécalos bien y córtalos en rodajas. Pon una sartén al fuego con un chorro de aceite y dora los calabacines. Para hacer la salsa de yogur pela un trozo de pepino, quítale las pepitas para que no tenga tanta agua, y rállalo encima de un bol. Añade un yogur natural, un chorrito de aceite, un poquito de pimienta negra y sal. Remueve.