

## Ogórki z oliwkami i czosnkiem

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: sskubiss, dnia 7 Stycznia 2012r. o 13:13

Tagi: ogórek, oliwki, czosnek, tzatziki

Rodzaj dania: dania jarskie sałatki. surówki warzywa

Rodzaj kuchni: grecka

Rodzaj mięsa: danie bezmięsne

### Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
przyprawa do tzatziki	1	łyżeczka	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	2	szczypta	przyprawy i zioła
ogórek świeży	1	szt.	warzywa
czosnek	2	ząbek	warzywa
oliwki czarne	1	garść	warzywa
jogurt grecki light	100	ml	nabiał

### Opis

- Ogórek dokładnie umyć, nie obierać ze skóry, pokroić w półplasterki.
- Oliwki czarne pokroić w plastry.
- Ząbki czosnku obrać ze skórki, drobno pokroić.
- Jogurt grecki wymieszać z przyprawą tzatziki, pieprzem i wymieszać z warzywami.



Dla ilu osób: 4  
 Danie dietetyczne: tak  
 Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania  
 Czas przygotowywania: 0godz. 5min.  
 Cena: całość potrawy: 4 PLN      jednej porcji: 1 PLN  
 Liczba kalorii: