

Raita concombre carotte

Préparation : 20 min

Personnes : 4

Ingrédients :

- 1 concombre
- 1 carotte
- 1 oignon, 1 gousse d'ail
- 2 yaourts naturels brassés
- piment
- sel, poivre

Préparation :

Eplucher et râper la carotte.

Couper le concombre en deux dans le sens de la longueur, le vider de ses graines et le râper sur une grosse grille.

Mettre le concombre dans une passoire, le laisser égoutter 10 min et le presser pour bien l'essorer.

Hacher l'oignon et l'ail, les incorporer au concombre, ajouter la carotte, les 2 yaourts, sel, poivre.

Suggestion :

Selon les goûts on peut y mettre du piment.