

Berenjenas con salsa de yogurt y menta



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 10min , Tiempo de cocción: 20min

Tiempo total: 30min , Número de porciones: 4

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/berenjenas-con-salsa-de-yogurt-y-menta>

Preparación

Lavar la berenjena. Cortar la punta y cortar el resto en cubitos. Ponerla en agua y sal durante unos 20 minutos, escurrir, secar y freír para que los cubos estén crujientes. Dejar enfriar. En un recipiente combine el perejil picado y las hojas de menta, añadir el ajo, finamente picado y el yogurt. Mezcle la berenjena con salsa de yogurt y dejar reposar en el refrigerador antes de servir. Disfrute!

Ingredientes

- 600 gramo/s Berenjena
- 1/2 diente/s Ajo
- 8 ramita/s Perejil
- 15 hoja/s Menta
- 300 gramo/s Yogurt blanco sin azúcar
- 1 poco Aceite de oliva
- 1 poco Pimienta
- 1 poco Sal

Categorías

Un día normal, Económico, Lácteos y huevos, Vegetales, Rápida, Una cocinera experta, Guarniciones, Appetizer-Entrada

