

DIP RANCHERO DE YOGURT GRIEGO

Ingredientes

- 3/4 taza yogur griego natural (yo uso yogur griego con 10% de grasa)
- 1 cucharadita sal de ajo
- 1 cucharadita perejil seco
- 1/2 cucharadita cebolla en polvo
- 1/4 cucharadita pimienta negra



Instrucciones:

1. En un recipiente mediano, agrega el yogur, la sal de ajo, el perejil, la cebolla en polvo y la pimienta, revuelve bien para combinar.
2. Disfrútalo de inmediato con alitas de pollo o vegetales cortados. También puedes usarlo como spread para sándwiches o encima de una ensalada.

Nota:

*Convierte este dip en un aderezo para ensaladas agregando vinagre blanco. La proporción es 1: 1, por ejemplo, 2 cucharadas de salsa por 2 cucharadas de vinagre. Revuelve bien hasta que esté cremoso y bien combinado.