טראטור (מרק יוגורט קר) משודרג

רכיבים

- כוסות יוגורט 4% שומן ומעלה
- כוס חלב
- שיני שום כתושות
- מלפפונים גדולים, קלופים או לא, חתוכים לקוביות קטנות
- אבוקדו חתוך לקוביות קטנות
- כוס גבינת פטה / בולגרית צאן הכי טוב לקנות את זו שכבר מוכנה בקוביות
- כוס אפונה מופשרת
- לפי הטעם פלפל שחור ללא קרומים וזרעים, קצוץ דק
- 1/4 1/4 זר שמיר קצוץ
- 1/4 1/4 זר כוסברה קצוצה (לא הכרחי אבל מוסיף המון)
- לפי הטעם פלפל שחור
- לפי הטעם מלח
- כפיות שמן זית
- פיתה מרוחות בשמן זית וקלויות בתנור עם זעתר

הכנה

1. מערבבים את כל חומרי המרק בקערה גדולה (בעדינות, כדי לא למעוך את האבוקדו והפטה). טועמים ומתקנים תיבול.
2. מכסים בניילון נצמד ומניחים במקרר לארבע שעות לפחות, ועדיף ללילה שלם.
3. יוצקים לקערות הגשה וזולפים מעל כל קערה כפית שמן זית. אפשר לפזר גם עשבי תיבול קצוצים (הכי נחמד נענע!).
4. חוצים פיתות לשני עיגולים, מורחים בשמן זית, מפזרים מעל זעתר (או אורגנו יבש, אם אין), ומזהיבים בתנור, לקבלת טוסטים כמו אלה שמגישים כשרוצים לפנק אותך במסעדה מזרחית. מגישים לכל סועד צלחת טראטור ושני עיגולי פיתה. העיגולים מתגלגלים אינסטנט- להיט.

20 דקות

6 servings 6