

# Dip de courgettes au tahini



## *Ingrédients :*

- 2 courgettes
- 1c. à s. de tahin
- 1 yaourt grec soit 100g environ
- 1 c. à s. de citron
- 1 poignée de feuille de menthe
- 1 c. à s. d'huile olive
- 1 petite gousse d'ail
- Sel/poivre

## *Les étapes*

Enfourner les courgettes entières sur une grille, placée en haut du four pendant une trentaine de minutes à 220 degrés. La peau va se friper. Retirer du four et laisser refroidir. Éplucher les courgettes avec les mains et les presser pour en sortir un maximum d'eau. Mettre tous les ingrédients dans un mixeur et mixer jusqu'à ce que la consistance soit lisse. Ajuster l'assaisonnement. Réserver au frais. Ce dip se conserve facilement 2, 3 jours au réfrigérateur. Déguster bien frais sur des tartines, des blinis ou avec des gressins etc...

Source : <https://freethepickle.fr/2018/08/13/dip-courgette-tahini/>