

## المكونات:

- 2 كوب زبادي سادة قليل الدسم (أو خثارة لبن قليلة أو جبن قريش كريمي)
- 1/4 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1/2 ملعقة صغيرة من مسحوق الثوم
- 2 ملعقة طعام أو 1/4 كوب من البصل المفروم المُجفف
- 1 ملعقة طعام من رقائق البقدونس المجفف
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح (اختياري)
- 1/2 ملعقة صغيرة من عشبة الشبت (اختياري)

## التعليمات:

1. في وعاء متوسط الحجم، يمزج الزبادي (أو الجبن القريش والفلفل ومسحوق الثوم والبصل المجفف والبقدونس المجفف والملح والشبت (في حالة الاستخدام). قم بالخفق حتى يصبح الخليط ناعم.
2. تُبرد في الثلاجة حتى تصبح جاهزة للتقديم. يقدم مع الخضروات النيئة.

