

Sélection de recettes

Recette régime : Sauce d'accompagnement

Ingrédients de la recette régime :

- 1 yaourt à 0 % Mg ou 1 fromage blanc battu
- ½ verre d'eau minérale
- 1 pincée de sel
- Condiments au choix : persil, fines herbes, ail, poivre, herbes de Provence

Réalisation de la recette :

Mettez tous les ingrédients dans un bol.

Battez le tout à l'aide d'une fourchette.

Servez froid à l'apéritif avec des radis, carottes, concombre ou choux fleurs, en entrée avec des crudités ou tiède pour accompagner un poisson ou des féculents.

[[Imprimer](#)] [[Fermer](#)]

Pour toutes informations complémentaires, [contactez-nous](#) .
