



---

*Sauce Gribiche diététique*

---



*Et la diététique alors !*

*Ingrédients :*

*1 jaune d'œuf dur*

*1 c à soupe de vinaigre*

*1 c à soupe d'huile d'olive*

*1 c à café de moutarde*

*2 c à soupe de yaourt nature*

*Sel & poivre*

*Préparation :*

*Dans un récipient écraser le jaune d'œuf à la fourchette .*

*Ajouter la moutarde , le vinaigre et le yaourt.*

*Assaisonner.*

*Incorporer l'huile en douceur comme pour une vinaigrette.*

*Battre une dernière fois énergiquement .*

*Réserver au frais avant de servir.*

*Info – conseils :*

*Servir avec crustacés ,coquillages ,salades de tomates ,salade de concombres .*