



---

## *Sauce au Raifort*

---



*A découvrir dans sa version diététique !*

### *Ingrédients :*

*X100 gr de fromage blanc maigre*

*1 yaourt nature*

*1 jaune d'œuf cru*

*1 c à café de moutarde*

*1 c à soupe de Raifort*

*Persil haché*

*Cerfeuil haché*

*Sel*

### *Préparation :*

*Mélanger le fromage et le yaourt .*

*Dans un bol séparé , battre le jaune d'œuf en omelette et incorporer la moutarde et le raifort .*

*Assaisonner.*

*Mélanger le tout et rectifier si nécessaire l'assaisonnement .*

*Saupoudrer de persil et cerfeuil.*

### *Info – conseils :*

*Servir avec des crudités , Poisson frais ,viandes .*