



Vinaigrette Diététique



Un peu de simplicité dans notre assiette !

Ingrédients :

15 ml d'huile de maïs

30 ml de vinaigre blanc

15 ml d'eau

5 ml de persil haché

5 ml d'estragon haché

Sel & poivre

Préparation :

Dans un bol mélanger le sel , le vinaigre et l'eau.

Ajouter en filet l'huile , puis les herbes.

Astuces

Vous pouvez selon vos envies ajouter soit de l'ail pilé , de l'oignon haché extra fin, ou de la moutarde.

Infos – conseils :

Servir avec des crudités , salade verte , salade de viande , salade de poisson , concombre , radis , tomate .