



Sauce piquante aux petits légumes



Un vrai plaisir !

Ingrédients :

150 gr de fromage blanc

1 yaourt nature

60 gr poivron rouge

60 gr poivron jaune

100 gr de concombre coupé en dés

1 c à café de moutarde

Quelques gouttes de Tabasco (facultatif mais c'est ça aussi qui fait le piquant)

Sel & poivre

Préparation :

Dans un bol battre au fouet le fromage blanc avec le yaourt.

Détailler vos poivrons et votre concombre en petits dés .

Incorporer tous les ingrédients , moutarde , légumes au mélange fromage , yaourt .

Sel & poivre .

Ajoutez avec parcimonie le Tabasco , n'hésitez pas à goûter pour rectifier si nécessaire.

C'est prêt !a

Info – conseils :

Servir avec des crudités , Grillades ...