



Sauce aïoli *diet'*



10 min
Préparation



70 kcal
/ préparation



6 préparations
Entrée ou sandwich

Les ingrédients

Fromage blanc	250 g
Ail	2 gousses
Jaune d'oeuf	1
Huile d'olive	2 c.à.s
Citron	1
Sel & poivre	

La préparation

- 1 Battre le jaune d'œuf.
- 2 Émincez finement les 2 gousses d'ail.
- 3 Dans un bol, écraser les gousses d'ail avec une fourchette en y ajoutant l'huile d'olive. Saler.
- 4 Ajouter le jaune d'œuf, le jus du citron et le fromage blanc.
- 5 Mélangez avec la fourchette.
- 6 Saler et poivrer.

Conservation

24h environ au frais dans un récipient hermétique ou filmé.



Peu calorique