



Sauce tartare *diet'*



10 min
Préparation



50 kcal
/ préparation



6 préparations
Entrée ou sandwich

Les ingrédients

Fromage blanc	250 g
Cornichon	1
Oeuf dur	1
Échalote	1
Anchois	4 filets
Citron	1/2
Persil, sel & poivre	

La préparation

- 1 Cuire l'œuf.
- 2 Éplucher et laver l'échalote.
- 3 Mixer l'échalote avec les anchois, le cornichon et l'œuf.
- 4 Dans un bol, mélanger le fromage blanc avec les anchois, le cornichon, l'œuf, le persil et le jus du 1/2 citron.

Conservation

2 à 3 jours au frais dans un récipient hermétique ou filmé.



Peu calorique