



Sauce échalote



Ingrédients

- Pour 4 personnes
Equivalence : négligeable
- 200g de fromage blanc à 0 %
MG
- 1 petite échalote émincée ou 1
cuillère à soupe d'échalote
coupée surgelée
- 3 feuilles d'estragon ou 1
cuillère à soupe d'estragon
coupé surgelé
- Le jus d'un citron
- ½ cuillère à café de moutarde
- Sel, poivre



Préparation

- Bien mélanger dans un bol le fromage blanc, l'échalote,
l'estragon, la moutarde et le jus de citron.
- Saler, poivrer.
- Servir bien frais.
- **Accompagne :**
Crudités : concombres, champignons, tomates...
Crustacés : crevettes, bâtonnet de crabe
Mélange apéritif : bâtonnets de carottes, tronçons de céleri
branche, tomates cerises, bouquet de choux-fleurs crus,
crevettes...
Viandes froides : rôti de porc, rosbif, blanc de poulet

