

Sauce piquante au yaourt

Pour 2 personnes

- 1 échalote
- 1/3 de piment vert
- 20 g de concombre
- 1 yaourt
- piment rouge en poudre
- sel, poivre

1. Hachez l'échalote, le piment vert et le concombre. Incorporez le yaourt et assaisonnez de sel et de poivre.
2. Laissez reposer 30 min.
3. Parsemez de piment rouge en poudre au moment de servir.

Information nutritionnelle par portion :

Calories : 25 Kcal par personne

