

Sauce légère pour salades et crudités



🍴 4 portions · ⌚ prep. 5m

🥛 lait 🥒 moutarde

Sauce onctueuse et légère au yaourt, moutarde et fines herbes. Parfaite pour les crudités, salades, artichauts et viandes froides.

France

INGRÉDIENTS

☐ sel		☐ persil, <i>haché</i>
☐ vinaigre	1 cuil. soupe	☐ ciboulette, <i>ciselée</i>
☐ moutarde de Dijon	1 cuil. café	☐ basilic
☐ huile d'olive	1 cuil. soupe	☐ ?ail
☐ huile de colza	1 cuil. soupe	☐ ?échalote
☐ yaourt nature	1	

PRÉPARATION

Se conserve plusieurs jours au réfrigérateur. Varier les épices selon l'accompagnement (crudités, poisson froid...).

1. Dans un petit saladier, mettre une pincée de *sel* et le *vinaigre*.
2. Ajouter la *moutarde de Dijon*, l'*huile d'olive* et l'*huile de colza* en émulsionnant bien avec un fouet.
3. Incorporer le *yaourt nature* et battre encore jusqu'à obtenir une sauce liée et onctueuse.
4. Ajouter du *persil*, de la *ciboulette*, du *basilic*, de l'*?ail* et de l'*?échalote* selon le goût.