SALADE DE CONCOMBRE

Entrées



6 personnes | 5 min | Economique | Très facile

INGRÉDIENTS

1,5 unité : Concombre
300 g : Fromage blanc de brebis
4 pincées : Sel au citron bio
(Réf : 259)
2 pincées : Poivre noir

PRÉPARATION

Nous privilégions un fromage blanc de brebis plus gouteux qu'un fromage blanc de vache. Les régions méditerranéennes d'où nous vienne cette recette, Grèce ou Italie, privilégient les fromages blanc de brebis, car elles y sont nombreuses.

1. Laver le concombre
2. Couper le concombre en petits dés. Faire des petits morceaux. La salade sera plus raffinée. Des morceaux plus gros donneront une salade moins intéressante
3. Vous pouvez présenter le concombre avec le fromage blanc dessus dans chaque assiette ou préparer dans un saladier le mélange. Nous préférons la deuxième solution qui permet un meilleur amalgame des goûts
4. Bien mélanger
5. Ajouter le sel au citron en le saupoudrant bien et mélanger de nouveau. Goûter et ajuster en sel
6. Poivrer légèrement