

SALADE DE CONCOMBRE AU FROMAGE BLANC ET CITRON

Ingrédients (2 à 4 personnes)

- 1 à 2 concombres
 - 120 à 150 g de fromage blanc
 - Le jus de 1/2 citron
 - 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
 - 1 petite gousse d'ail (facultatif)
 - Sel, poivre
 - Menthe ou aneth (facultatif)
-

Préparation

1. Laver le concombre, éplucher le puis couper le en fines rondelles ou en petits dés.
2. (Optionnel) Saler légèrement et laisser dégorger 10 minutes, puis égoutter.
3. Dans un bol, mélanger le fromage blanc, le jus de citron et l'huile d'olive.
4. Ajouter l'ail pressé si souhaité, puis assaisonner avec sel et poivre.
5. Incorporer le concombre et mélanger délicatement.
6. Ajouter les herbes fraîches.
7. Réserver au frais 15 à 30 minutes avant de servir.