

Sauce salade

Ingrédients

- 100 ml de CNO lacté neutre
- 2 cuillères à soupe de Fromage frais ou fromage blanc
- Vinaigre
- Sel et poivre



Préparation

Mélanger 100 ml de CNO lacté neutre avec 3 cuillères à soupe de vinaigre et 2 cuillères à soupe de fromage frais. Saler et poivrer selon votre goût



Cette sauce salade, que vous pouvez utiliser avec plusieurs plats, permet d'amener les calories et protéines du Complément sous une autre forme.



Quelques idées d'utilisation :

- Sur une assiette de crudités comme une vinaigrette
- Servie avec un cake salé
- Servie à l'apéro avec des crudités coupées : carottes, concombres, radis, choux fleurs, etc.
- Avec des pommes de terre rissolées ou au four ou de la patate douce
- Avec du poulet rôti