



# CONCOMBRE AU CITRON ET À LA MENTHE

## INGRÉDIENTS

- Concombre
- un bouquet garni à la menthe fraîche,
- un citron
- une c-à-c d'huile d'olive
- une c-à-s de fromage blanc
- Sel poivre

**TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN**  
**TEMPS TOTAL : 20MN**

## PRÉPARATION

Laver soigneusement le concombre, puis le couper en deux prélevez des lamelles de peau espacées d'un cm sur une des moitiés du concombre puis couper celle-ci en rondelles fines et en tapisser le fond et les parois d'un ramequin à salade.

Éplucher complètement l'autre moitié du concombre, la couper dans le sens de la longueur et enlever les pépins.

Découper de grandes lanières de concombres préparer la sauce en mélangeant fromage blanc sel, poivre, menthe fraîche hachée, jus de citron et huile d'olive.

Assaisonner les lanières de concombre et les présenter dans le ramequin tapisser les rondelles de concombres.

Servir très frais !