



Trempeur au yogourt grec

Dégustez cette délicieuse trempeur avec vos crudités favorites
ou des croustilles de pita!

Ingrédients

375 ml (1 1/2 tasse) de yogourt grec nature
60 ml (1/4 tasse) de fromage à la crème, ramolli
250 ml (1 tasse) de bébés épinards
5 ml (1 c. à thé) de flocons de persil
2,5 ml (1/2 c. à thé) de poudre d'ail
2,5 ml (1/2 c. à thé) de poudre d'oignon
2,5 ml (1/2 c. à thé) d'assaisonnement citron et
herbes
1 ml (1/4 c. à thé) de sel



Préparation

1. Dans un grand bol, mélanger le yogourt grec et le fromage à la crème ramolli à la main ou avec un batteur portatif.
2. Dans un robot culinaire, découper complètement les bébés épinards.
3. Ajouter les épinards au mélange de yogourt et mélanger.
4. Ajouter les flocons de persil, la poudre d'ail, la poudre d'oignon, l'assaisonnement citron et herbes, et le sel.
5. Bien mélanger. Verser dans un bol et servir avec des crudités ou des croustilles de pita.
6. Déguster!