



## Salade de concombre

17/07/2018 à 08h33

Par [La Fondation PiLeJe](#)

Temps de préparation : 10 min

Pour 2 personne(s)

### Ingrédients :

- 1 concombre
- 250 g de fromage blanc à 20%
- 2 gousses d'ail
- Un sachet de ciboulette fraîche
- 1 citron
- Huile d'olive, huile de colza
- Sel et poivre

### Préparation :

- Epluchez et coupez en dés le concombre. Salez et réservez 10 mn dans une passoire afin qu'il puisse égoutter;
- Hachez l'ail, ciselez la ciboulette et mélangez dans un bol, avec le fromage blanc, le jus de citron, 6 cuillères d'huile et de colza, le sel et le poivre;
- Ajoutez les dés de concombre dans la préparation et réservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.
- Servez bien frais.