



## VINAIGRETTE À LA MENTHE

 4 portions

### INGRÉDIENTS

- 10 grammes de vinaigre
- 1 cuillère à café de moutarde (6 g)
- 3 cuillères à soupe moyennes d'huile de colza (30 g)
- 10 grammes de menthe, fraîche

### MODE DE PRÉPARATION

- 1° Mettre la moutarde dans un bol et délayer avec le vinaigre.
- 2° Saler et poivrer à votre guise
- 3° Fouetter avec l'huile de Colza.
- 4° Parsemer de feuilles de menthe ciselées

### INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (14 g)	% AR
ÉNERGIE	513 kcal	72 kcal	4 %
PROTÉINES	1 g	0 g	0 %
GLUCIDES	2 g	0 g	0 %
SUCRES	1 g	0 g	0 %
LIPIDES	55 g	8 g	11 %
ACIDES GRAS SATURÉS	4 g	1 g	3 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	0 g	1 %
SODIUM	208 mg	29 mg	1 %