

**SALADE DE POMMES DE TERRE** 4 portions**INGRÉDIENTS**

- 600 grammes de pomme de terre, sans peau, crue
- 1 pot moyen de yaourt ou spécialité laitière nature [aliment moyen] [125 g]
- 1 unité moyenne d'échalote, crue [26 g]
- 1 unité moyenne de citron, pulpe, cru [70 g]
- 10 grammes de herbes de Provence, séchées

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Faire cuire les pommes de terre 10 min dans une casserole d'eau bouillante.
- 2° Dans un saladier, mélanger le yaourt aux échalotes coupées en très petits morceaux.
- 3° Saler, poivrer, arroser du jus de citron et ajouter une pincée d'herbes de Provence.
- 4° Lorsque les pommes de terre ont refroidi, les mélanger délicatement à cette sauce et servir très frais.

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (207 g)	% AR
ÉNERGIE	74 kcal	154 kcal	8 %
PROTÉINES	2 g	5 g	10 %
GLUCIDES	13 g	27 g	11 %
SUCRES	2 g	3 g	4 %
LIPIDES	1 g	1 g	2 %
ACIDES GRAS SATURÉS	0 g	1 g	3 %
FIBRES ALIMENTAIRES	2 g	4 g	17 %
SODIUM	8 mg	17 mg	1 %