

**KTIPITI**

Pour un apéro plein de saveurs

 10 heures 10 heures 8 portions**INGRÉDIENTS**

- 400 grammes de poivron rouge grillé (maison ou conserve)
- 40 grammes de fromage type feta
- 40 grammes de Philadelphia nature
- 1 cuillère à soupe moyenne d'huile d'olive vierge extra (10 g)
- 1 Cuillère à Soupe de paprika
- Sel & Poivre
- 200 grammes de yaourt à la grecque léger ou skyr

**MODE DE PRÉPARATION**

1° Mixer tous les ingrédients ensemble et le tour est joué !

**INFORMATION NUTRITIONNELLE**

	PAR 100 g	PAR PORTION [88 g]	% AR
ÉNERGIE	55 kcal	49 kcal	2 %
PROTÉINES	4 g	4 g	8 %
GLUCIDES	5 g	5 g	2 %
SUCRES	5 g	4 g	5 %
LIPIDES	4 g	4 g	5 %
ACIDES GRAS SATURÉS	2 g	2 g	9 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	1 g	5 %
SODIUM	894 mg	790 mg	33 %