

TREMPETTE POUR LÉGUMES

— ACTIVITÉ À FAIRE AVEC UN ADULTE —

POUR FAIRE LA TREMPETTE, IL TE FAUT :

- 250 gr. de fromage à la crème bien ramolli
- 200 ml de yogourt nature
- 30 ml (2 c. à soupe) de fines herbes fraîches, coupées finement (au choix : persil, estragon, ciboulette, thym, basilic, etc.)*
- Sel et poivre
- Des légumes crus, coupés



COMMENT FAIRE TA TREMPETTE :

1. Commence par bien ramollir le fromage avec ta fourchette.
2. Ensuite, verse le yogourt dans la préparation de fromage.
3. Mélange bien les deux ingrédients.
4. Ajoute les fines herbes, le sel et le poivre.
5. Mélange bien tous les ingrédients.

Voilà! Tu es prêt à te régaler!

Bon appétit mon petit loukoum !

TRUC !

Si tu veux, verse ta préparation dans un petit bol et dépose-le au centre d'un plateau remplis de bons légumes!

* Si tu n'as pas d'herbes fraîches, tu peux les remplacer par des herbes séchées, par contre, il faudra alors diminuer la quantité. C'est facile, remplace 1 c. à soupe d'herbes fraîches par 1 c. à thé d'herbes séchées.