SALADE DE CÉLERI RÉMOULADE AU CRABE

Jeudi 07 Janvier 2021

Il y a des circonstances où il vaut mieux ne pas compter

Salade de céleri rémoulade au crabe pour 4 personnes et 3 sp vert -2 spl bleu -2 spv violet par part

*-240 g de céleri rémoulade prêt à l'emploi **

*-200 g de crabe en boite **

-50 g de mayonnaise allégée

*-50 g de skyr 0% **

-1 cuillerée à soupe de moutarde fine

-sel poivre blanc

*-persil**

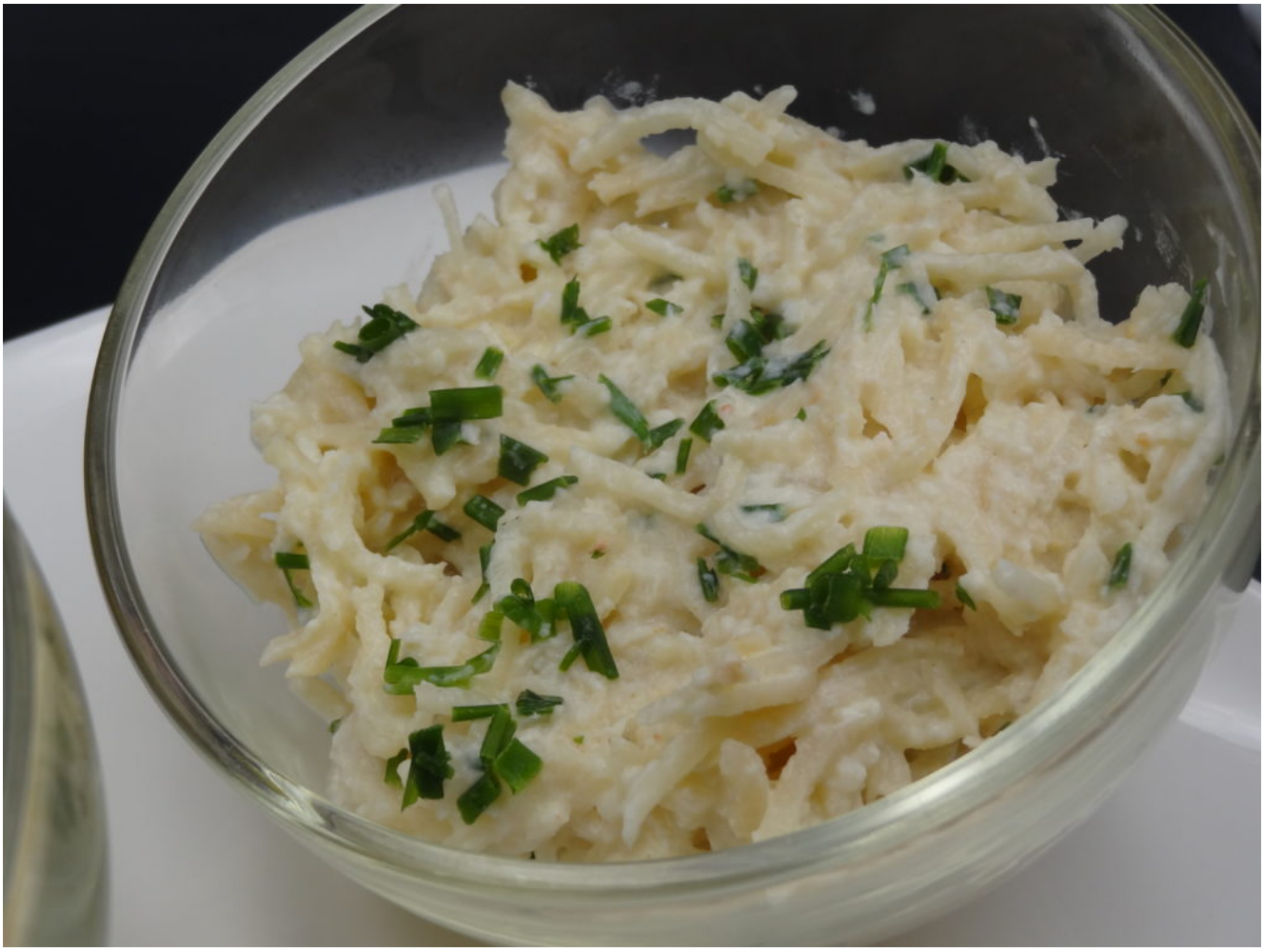
Bien rincer le céleri rémoulade à l'eau froide et bien l'égoutter.

Dans un saladier, préparer la sauce rémoulade : mayonnaise, skyr, moutarde et bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement : sel poivre.

Rajouter le céleri, le crabe bien égoutté et le persil émincé.

Bien mélanger et répartir dans 4 coupes.

Mettre au frais.



Vous pouvez préparer à partir d'une boule de céleri votre râpé en n'oubliant pas le jus de citron mais je trouve que celui en conserve est plus fin et plus tendre.

Pour le réveillon du 31 décembre : coupe de champagne avec tomates cerises ,radis roses, radis noir et dip de fromage blanc à 0% (4 sp vert bleu violet□□□)-salade de céleri rémoulade au crabe (3 sp vert□ -2 spl bleu□-2 spv violet□)-sole (1 sp vert□ -0 spl bleu□-0 spv violet□)-flan de brocolis (4 sp vert□- 2 spl bleu□-2 spv violet□)-2 tranches fines de pain de seigle (2 sp vert bleu violet□□□)-1 petit verre de Chablis (2 sp vert bleu violet□□□)-mignardises que je ne compte pas. Total sans mon pêché mignon : 16 sp vert □ -12 spl bleu□ 2 spv violet-□ et vive la réserve hebdomadaire !

Très bonne journée à toutes et tous

Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light. fr

Tous droits réservés