

Soupe froide de concombre épicée



<http://www.lesrecettesdejuliette.fr>

Ingrédients, pour 4-6 personnes

- 400 g. de fromage blanc ou de yaourt de soja nature
- 1 gros concombre coupé en gros morceaux
 - 1 échalote
 - 6 feuilles de menthe
 - Sel
- 1/2 c. à c. de piment d'Espelette
 - 6 glaçons

La recette de Juliette : (d'une simplicité enfantine !)

1. Placer tous les ingrédients dans votre blender.
2. Mixer à vitesse faible pour commencer puis augmenter jusqu'à la vitesse maximale. Mixer pendant 2 minutes jusqu'à obtention d'un mélange complètement lisse.
3. Déguster de suite ou conserver au réfrigérateur avant de servir.