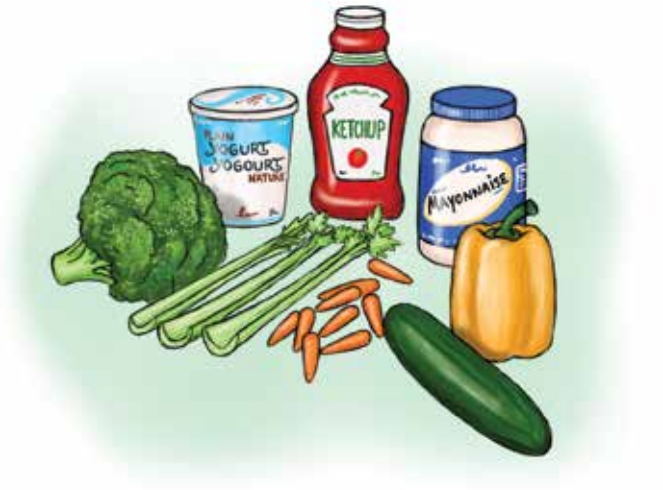
Trempette maison pour servir avec des légumes



Ingrédients :

$\frac{3}{4}$ tasse (175 ml)	Yogourt nature
2 c. à table (30 ml)	Ketchup
1 c. à table (15 ml)	Mayonnaise

Préparation :

1. Laver les légumes de votre choix.
2. Couper les légumes.
3. Dans un bol, ajouter tous les ingrédients pour la trempette et mélanger jusqu'à l'obtention d'une texture lisse. Si vous n'avez pas de yogourt nature ajouter simplement plus de mayonnaise ($\frac{3}{4}$ tasse).
4. Servir avec des crudités et savourez !