



# Trempepette aux fines herbes

PORTIONS

**6**

TEMPS DE PRÉPARATION

**10 minutes**

---

## Information nutritionnelle

Par portion: calories 248; protéines 2 g; M.G. 23 g; glucides 6 g; fibres 0 g; fer 0 mg; calcium 42 mg; sodium 609 mg

---



Les invités sont arrivés et vous n'avez rien pour accompagner votre assiette de crudités? Oubliez le mélange mayo-ketchup: cette recette facile de [trempepette](#) aux [fines herbes](#) se prépare en un instant et satisfera même les plus gourmands!

## Ingrédients

- 1 sachet de mélange pour soupe aux légumes de 40 g
- 160 ml (2/3 de tasse) de mayonnaise
- 160 ml (2/3 de tasse) de crème sure 14%
- 30 ml (2 c. à soupe) de persil plat frais haché
- 30 ml (2 c. à soupe) de basilic frais émincé
- 2 oignons verts hachés
- 5 ml (1 c. à thé) de poudre de cari

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

---

---

## Étapes

- 1 Dans un bol, mélanger le sachet de préparation pour soupe aux légumes avec la mayonnaise, la crème sure, les fines herbes, les oignons verts et le cari.