

FICHE RECETTE LAMBALLE TERRE & MER

LABNEH

100 % VÉGÉTAL

6
pers.

Ingrédients :

100 g de yaourt à la grecque
1 cc de sel fin



Temps de préparation : 10 minutes
+ 24h de repos

Temps de cuisson : /

Niveau :   

Préparation :

La veille

Verser le yaourt puis le sel dans un saladier et mélanger.

Poser un linge propre ou une étamine sur une passoire et verser le yaourt salé.

Refermer le torchon en le repliant bien serré.

Poser la passoire sur un récipient assez profond pour réceptionner le petit lait.

Laisser reposer toute la nuit, au frais. (C'est encore meilleur si on le laisse reposer 48h.)

Le jour J

Prendre votre labneh et le mettre dans un plat pour le servir.

Creuser un petit cratère au centre et y déposer un peu d'huile d'olive ainsi que du zaatar (ou du gomasio ou d'autres herbes).

A déguster avec des crudités et du pain pita !

Fiche recette proposée dans le cadre du Contrat Local de Santé et du Projet Alimentaire Territorial de l'agglomération, en faveur d'une alimentation plus saine et locale.