

# Concombres farcis

## au fromage frais



Préparation : 15 minutes



Cuisson : 0 minutes

### > Ingrédients (pour 4 personnes)

- 2 concombres
- 2 Carrés Frais
- ciboulette
- persil plat
- sel & poivre

### > Préparation de la recette

- 1/ Peler les concombres et les couper en portion d'environ 6 cm de long. Vider l'intérieur.
- 2/ Assaisonner légèrement avec du sel puis laisser dégorger dans le réfrigérateur durant environ 1 heure.
- 3/ Mélanger le fromage frais, écrasé au préalable à l'aide d'une fourchette, et les herbes puis poivrer.
- 4/ Insérer cette préparation à l'intérieur des morceaux de concombre puis déguster.



Le Petit Marché de Sylvie  
2661 Chemin de Rechin  
69970 CHAPONNAY

Tél. 06 17 62 45 10  
contact@le-petit-marche-de-sylvie.fr  
www.le-petit-marche-de-sylvie.fr