



# CRÈMEUX DE PETITS POIS À LA MENTHE

POUR 4 PERSONNES

## INGRÉDIENTS

160G DE PETITS POINTS TRÈS FINS CUITS  
40G DE CRÈME LÉGÈRE LIQUIDE 18%  
130G DE MENTHE FRAÎCHE  
60CL DE CRÈME FRAÎCHE LIQUIDE  
1/2 CUBE DE BOUILLON DE LÉGUMES  
60CL D'EAU  
SEL ET POIVRE

## PRÉPARATION

- Faire bouillir l'eau et ajouter le cube de bouillon de légumes.
- Une fois le cube fondu, sortir du feu et réserver.
- Mixer les petits pois avec le bouillon, la crème et la menthe.
- Monter la crème liquide en ajoutant un peu de sel.
- Mettre la préparation aux petits pois dans une verrine ou un petit bol.
- Ajouter la crème chantilly salée au-dessus à l'aide d'une poche à douille, sans douille ou une grande cuillère.



SUGGESTION DE PRÉSENTATION

### DONNÉES NUTRITIONNELLES PAR PORTION

Pour 79g - 89 Kcal :

Glucides : 4,2g dont Sucres : 2,8g,  
Lipides : 6,8g dont AG Saturés : 4,5g,  
Protéines : 2,7g, Sel : 0,3g, Fibres : 2,3g



ALLERGÈNE : LAIT