MAYO SANS OEUF

Mayonnaise sans oeufs pour végétaliens, avec lécithine de soja, condiments BIO, pour toutes les crudités - Ici la tomate.

huile végétale moutarde vinaigre lécithine de soja Sel - poivre ciboulette





de lécithine de soja dans un fond d'eau froide et la passer au mixeur.

1. Dissoudre 2 ou 3 cuillères à soupe 2. Ajouter 1/2 verre d'huile d'olive 3. Ajouter une grosse cuillère de ou autre huile végétale et mixer moutarde quelques secondes

(à l'ancienne meilleur), sel-poivre, ciboulette et mixer 2 minutes



4. La mayonnaise est obtenue



bol



5. Transvider la mayonnaise dans un 6. A consommer avec des crudités -Ici j'ai utilisé une tomate :