

## Trempelette relevée aux artichauts

Source Hellmann's

1 boîte de 398 ml/ 14 onces de cœurs d'artichauts égouttés et hachés

½ tasse de crème sure

1/8 c. à thé de sauce au piment fort ( moi Sambal Oelek )

1/3 de tasse de parmesan râpé ( moi ½ tasse de romano râpé )

½ tasse de mayonnaise Hellmann's ( Vrai, légère ou Ultra faible en gras .. votre choix )

Dans un bol, mélanger tous les ingrédients. Verser le tout dans un plat allant au four.  
Cuire à 350° F ( 180° C ) environ 20 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit chaud et bouillonnant.

Servir avec des crudités, des craquelins, des toasts Melba etc.