

Banánovo nivová pomazánka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 15min , Porce: 1

1788 kalorií , **0 g** cukrů , **161 g** tuků , **80 g** bílkovin

Autor: moto_cross

Odkaz: <https://srecepty.cz/bananovo-nivova-pomazanka>

Příprava

Syr, banány, maslo dobře rozmixujeme, přidáme posekané ořechy a ochutíme solí. Podávame s hriankami, alebo bagetou opečenou nasucho.

Ingredience

- ✓ 400 g Nivy
- ✓ 4 k banány
- ✓ špetka soli
- ✓ 4 lžíce másla
- ✓ hrst nadrobno nasekaných vlašských ořechů

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Rodina, Pomazánka