

# Buráková omáčka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 0min

Celkový čas: 5min , Porce: 4

**1117** kalorií , **50 g** cukrů , **66 g** tuků , **26 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/burakova-omacka>

## Příprava

Vodu zahřejeme, aby byla horká a pak ji spolu s ostatními surovinami dáme do mixéru.

Umixujeme v hladkou kašičku. Po vychlazení podáváme.



### Tip k receptu

Arašídů vybereme nesolené, nepražené. Omáčku podáváme jako dip k pečeným nebo smaženým masům, do sendvičů, hamburgerů...



## Ingredience

- ✓ 150 g arašídů (burské ořechy, buráky)
- ✓ 1/2 ks chilli papričky
- ✓ 1 stroužek česneku
- ✓ 50 g třtinového cukru
- ✓ 1 špetka mořské soli
- ✓ 100 ml vody

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Vegetarián, Omáčka