

Domácí taveňák



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 15min , Porce: 10

73 kalorií , 0 g cukrů , 8 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: slavuska

Odkaz: <https://srecepty.cz/domaci-tavenak>

Příprava

Do misky si vyklopíme tvaroh a přidáme lžičku jedlé sody. Necháme 10 minut stát. Mezitím si v kastrůlku rozpustíme máslo a nalijeme do tvarohové směsi. Důkladně promícháme. Výsledkem je hmota chuťově podobná kupovaným taveným sýrům, avšak bez jakékoliv chemie, naopak se zdravou jedlou sodou. Je tudíž vhodný i pro nejmenší děti (od roka)



Tip k receptu

Samozřejmě můžeme udělat i ochucený taveňák, stačí přidat nadrobounko nakrájenou šunku, bylinky, žampiony...jak je libo.



Ingredience

- ✓ 1 balení odtučněného tvarohu
- ✓ 2 lžička másla
- ✓ 1 lžička sody bikarbóna

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Děti do 5 let, Pomazánka