

Jogurt s lesními plody



Obtížnost: 

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 5min , Porce: 1

199 kalorií , **2 g** cukrů , **8 g** tuků , **13 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/jogurt-s-lesnimi-plody>

Příprava

Jednoduše smíchejte všechny ingredience dohromady. Můžete přidat i jahody nebo ostružiny. Kdo má rád sladší pokrmy, přimíchejte lžící cukru.

Ingredience

- ✓ 250 g bílého jogurtu
- ✓ 50 g borůvek
- ✓ 50 g malin

Kategorie

Obyčejný den, Léto, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Ovoce, Rychlovka, Rodina, Štíhlá slečna, Vegetarián, Snídaně, Svačinka

