

Jogurt s mrkví



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

55 kalorií , 3 g cukrů , 0 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: planeta

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

Příprava

Očištěnou mrkev nastroháme na jemném struhadle, přidáme trošku citrónové šťávy a podle chuti osladíme. Potom mrkev promícháme s jogurtem a přidáme na jemno pokrájenou pažitku.

Ingredience

- 2 bílé jogurty
- 100 g mrkve
- 1-2 lžičky pažitky
- špetka cukru krupice
- troška citronové šťávy

Kategorie

Obyčejný den, Redukční, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročná, Děti do 5 let,
Rodina, Štíhlá slečna, Svačinka

