

Jogurtovo-bylinková zálivka na všechno



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 30min , Porce: 1

87 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 10 g bílkovin

Autor: Svetlana

Odkaz: <https://srecepty.cz/jogurtovo-bylinkova-zalivka-na-vsechno>

Příprava

Bylinky rozmixujeme s takovým množstvím jogurtu, aby vzniklo hladké pyré. Pyré vlijeme do misky, vmícháme zbylý jogurt, citronovou kůru a šťávu, papriku a cukr, dochutíme. Tato zálivka je vhodná k letním salátům. V chladničce vydrží tři dny.

Ingredience

- ✓ 15 g čerstvé máty
- ✓ 15 g čerstvé petrželky
- ✓ 10 g čerstvé pažitky
- ✓ 200 ml nízkotučného jogurtu
- ✓ 1/2 citrónu - šťáva a kůra z něj
- ✓ 1/2 lžičky papriky
- ✓ špetka cukru moučka (není nutné)
- ✓ čerstvě mletý jemný pepř
- ✓ sůl

Kategorie

Celoročně, Finančně nenáročné, Pomocné recepty

