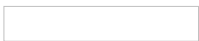


# Jogurtový sýr



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 20min , Porce: 4

**93** kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **11 g** bílkovin

**Autor:** linkinkatka

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/jogurtovy-syr>

## Příprava

Cedník vyložíme plátnem a položíme ho nad misku. Do cedníku dáme jogurt a necháme ho po několik hodin stát při pokojové teplotě. Poté slijeme nahromaděnou tekutinu. Jogurt dáme do mixeru, přidáme bylinky a vše rozmixujeme na kaši. Osolíme a opepříme podle chuti. Jogurtový sýr uschováváme do spotřebování přikrytý v chladničce až jeden týden.

## Ingredience

- 225 g bílého nízkotučného jogurtu
- 2 lžičky limetkové nebo citrónové šťávy
- 1/4 hrnku posekané pažitky
- 1/4 hrnku posekané petrželky
- 1/4 lžičky soli
- troška pepře

## Kategorie

Obyčejný den, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Děti do 5 let, Pomazánka