

Mátové lassi



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 5min , Porce: 4

212 kalorií , 0 g cukrů , 10 g tuků , 15 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/matove-lassi>

Příprava

Mátu zředíme s trochou mléka a rozmixujeme.
Poté přidáme ostatní suroviny a rozmixujeme.



Tip k receptu

Můžeme ochutit limetkovou šťávou nebo koriandrem.

Ingredience

- ✓ 1 hrst máty peprné
- ✓ 250 g bílého jogurtu
- ✓ 100 ml plnotučného mléka
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1 špetku římského kmínu

Kategorie

Výjimečný den, Indická, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Exotika, Rychlovka, Nápoje a koktejly

