

# Mražené jahodové minikošíčky



Obtížnost:

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

**182** kalorií , **36 g** cukrů , **1 g** tuků , **3 g** bílkovin

**Autor:** notburga

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/mrazene-jahodove-minikosicky>

## Příprava

Jahody omyjeme a pokrájíme na menší kousky. Vložíme do mixéru a přidáme omytou mátu, tekutý med, jogurt a citronovou kůru (čerstvě nastrohanou z chemicky neošetřeného citronu). Vše rozmixujeme. Nyní si připravíme papírové košíčky. Budeme jich potřebovat asi 20. Do každého košíčku nalijeme směs asi do třech čtvrtin výšky. Takto připravené košíčky vyrovnáme třeba na plech nebo do širší misky a uložíme do mrazáku. Necháme uvnitř přes noc. Ráno (nebo kdykoli budete potřebovat) košíčky vyndejte, nechte mírně povolit a odstraňte papír. Zbudou vám moc pěkné bábovičky, které můžete servírovat na talířcích jako osvěžující dezert, zdobit s nimi poháry apod.

## Ingredience

- ✓ 200 g jahod
- ✓ 3 lžice včelího medu
- ✓ 60 ml bílého jogurtu
- ✓ 1 lžice čerstvé citronové kůry
- ✓ 4 listy máty peprné

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Klasika, Rodina, Dezert



### Tip k receptu

Nesnažte se med nahradit jiným sladidlem. Zabraňuje totiž vzniku nevzhledných krystalků, které by se vám jinak v pokrmu díky použití bílého jogurtu vytvořily.