

# Ostružinový krém s mandlemi



Obtížnost:

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 15min , Porce: 4

**240** kalorií , **25 g** cukrů , **5 g** tuků , **5 g** bílkovin

**Autor:** notburga

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/ostruzinovy-krem-s-mandlemi>

## Příprava

Ostružiny omyjeme a dohladka rozmixujeme v mixéru. Přidáme cukr, bílý jogurt a nasekané nebo nastrohané spařené mandle a dobře promícháme. Přelijeme do mističek a dozdobíme několika plody ostružin.



### Tip k receptu

Dezert můžeme dozdobit šlehačkou nebo lehce pokapat rumem.

## Ingredience

- ✓ 500 g ostružin
- ✓ 4 balení bílého jogurtu
- ✓ 100 g cukru krupice
- ✓ 1 hrst mandlí

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Dezert, Svačinka