

# Ovocný dezert s mrkví



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 15min , Porce: 2

59 kalorií , 7 g cukrů , 0 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: Tomáš Pavelka

Odkaz: <https://srecepty.cz/ovocny-dezert-s-mrkvi>

## Příprava

Oloupaný pomeranč bez pecek nakrájíme na tenké plátky. Vložíme do misky, přidáme nakrájený banán a jemně nastrohanou mrkev. Promícháme s medem a jogurtem. Podáváme s piškoty.

## Ingredience

- ✓ 1 pomeranč
- ✓ 1 banán
- ✓ 100 g mrkve
- ✓ 1 lžička medu
- ✓ 1 bílý jogurt
- ✓ piškoty dětské

## Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Rychlovka, Děti do 5 let, Dezert