

Pažitková pomazánka



Obtížnost:

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

465 kalorií , 0 g cukrů , 12 g tuků , 61 g bílkovin

Autor: Martina Třetinová

Odkaz: <https://srecepty.cz/pazitkova-pomazanka>

Příprava

Máslo utřeme do pěny a vyšleháme s tvarohem, smetanou a solí. Do vyšlehaného tvarohu zamícháme nadrobno nasekanou pažitku a cibuli.



Tip k receptu

Místo smetany můžeme použít jogurt nebo mléko.

Ingredience

- ✓ 500 g odtučněného tvarohu
- ✓ 1 lžíce másla
- ✓ 2 lžíce nasekané pažitky
- ✓ sůl
- ✓ 1 cibule
- ✓ 4 lžíce smetany

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Rychlovka, Pomazánka