

# Pěnová pomazánka



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

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

**121** kalorií , **0 g** cukrů , **13 g** tuků , **3 g** bílkovin

**Autor:** Barbora Dvouletá

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/penova-pomazanka>

## Příprava

Žervé a hořčici utřeme do pěny, osolíme a přidáme nadrobno nakrájenou cibuli. Plátky veku potřeme nejprve máslem a poté umíchanou pěnou. Nakonec posypeme drobně sekanou pažitkou.

## Ingredience

- ✓ 3 kousky žervé nebo lučiny
- ✓ 1 menší cibule
- ✓ 1 lžička plnotučné hořčice
- ✓ máslo
- ✓ sůl dle potřeby
- ✓ zelené bylinky na ozdobení

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Rodina, Pomazánka

