

Pivní tvarohová pomazánka s pohankou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 15min , Porce: 1

130 kalorií , **4 g** cukrů , **1 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/pivni-tvarohova-pomazanka-s-pohankou>

Příprava

Do misky vyklopíme tvaroh, rozředíme pivem, přisypeme pohankovou mouku, přidáme najemno nasekanou cibuli, kapii a feferonku, přimícháme kečup, sladkou papriku a drcený kmín. Nekonec podle chuti osolíme a opepříme. Pomazánku před podáváním necháme chvíli odležet v chladu.

Tip k receptu

Podáváme s tmavým nebo opečeným toustovým chlebem a sklenkou piva. Kdo nemá rád ostrá jídla, může vynechat feferonku.

Ingredience

- 250 g tvarohu
- 100 ml světlého piva
- 2 lžíce hladké pohankové mouky
- sůl a pepř podle chuti
- po jedné lžičce sladké papriky a drceného kmínu
- 1-2 lžíce kečupu (může být i ostrý)
- 1 cibule
- 1/2 kapie
- 1 feferonka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Vegetarián, Pomazánka

