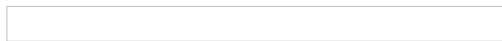


Pomazánka z čerstvých žampiónů



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 20min , Porce: 4

68 kalorií , **0 g** cukrů , **4 g** tuků , **11 g** bílkovin

Autor: Jana Šimková

Odkaz: <https://srecepty.cz/pomazanka-z-čerstvych-zampionu>

Příprava

Žampiony nakrájíme na kousky. Na pánvi rozpustíme máslo a přidáme trošku vody. Vsypeme žampiony a dusíme doměkka. V misce utřeme sýry s mlékem. Přidáme drobně krájenou cibulku a okurku. Dochutíme solí, pepřem a hořčicí. Nakonec vmícháme vychladlé žampiony.

Ingredience

- 50 g žampiónů
- 1 lžička másla
- 100 g taveného sýra
- 2 žervé
- 1 dcl mléka
- 1 cibule
- 1 okurka sladkokyselá
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- špetka soli
- 2 špetky pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročná, Houby,
Klasika, Rodina, Pomazánka