

Rybí pomazánka



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 1 h 0 min , Čas vaření: 0 min
Celkový čas: 1 h 0 min , Porce: 4

220 kalorií , 0 g cukrů , 24 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Milena

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

Příprava

Sardelky (ančovičky) očistíme, vykostíme, zbavíme hlaviček a ocásků. Cibule nakrájíme na jemno, přidáme hořčici, máslo, sardelky (ančovičky), pepř, sůl dle chuti a vše vidličkou důkladně promícháme do jemné pomazánky.

Ingredience

- ✓ 2 konzervy sardelek (ančoviček) v oleji
- ✓ 2 menší cibule
- ✓ 2 lžíce másla
- ✓ 1 lžíce polotučné hořčice
- ✓ sůl
- ✓ pepř

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Pomazánka

