

Snídaňový jogurt se sušeným ovocem



Obtížnost:     

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

404 kalorií , 6 g cukrů , 15 g tuků , 26 g bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/snidanovy-jogurt-se-susenym-ovocem>

Příprava

Sušené banány, meruňky a brusinky nakrájíme na malé kousky. Vsypeme do jogurtu a dobře zamícháme. Uložíme do lednice na alespoň 12 hodin.



Tip k receptu

Dobré je si tuto snídani připravit večer a ráno si jen pochutnávat :-)

Ingredience

- ✓ 500 ml bílého jogurtu
- ✓ 50 g sušených banánů
- ✓ 50 g sušených meruněk
- ✓ 50 g sušených brusinek

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Klasika, Rodina, Snídaně