

# Tarator



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 20min , Porce: 4

**361** kalorií , **2 g** cukrů , **27 g** tuků , **14 g** bílkovin

**Autor:** Evík

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/tarator>

## Příprava

Mandle si nasekáme. Salátovou okurku nastroháme na hrubším struhadle do mísy, přidáme utřený česnek, nasekaný kopr, nasekané mandle a osolíme. Zalijeme 3/4 l zakysané smetany, dobře promícháme a necháme vychladit. Podáváme s pečivem.

## Ingredience

- ✓ 1 salátová okurka
- ✓ 3 stroužky česneku
- ✓ 1/2 svazku kopru
- ✓ 50 g mandlí
- ✓ 3/4 l zakysané smetany

## Kategorie

Obyčejný den, Bulharská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Návštěva, Rodina, Vegetarián, Salát

