

# Tvarohová mrkvová pomazánka



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min

Celkový čas: 10min , Porce: 3

33 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/tvarohova-mrkvova-pomazanka>

## Příprava

Mrkev nasekáme nebo nastrouháme na jemno, smícháme s tvarohem a utřeme s česnekem. Na závěr dochutíme solí a pepřem a ozdobíme petrželkou.

## Ingredience

- ✓ 2 větší mrkve
- ✓ 1 balení jemného tvarohu
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ kousek petrželky
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře

## Kategorie

Vegetariánská, Zelenina, Štíhlá slečna, Vegetarián

