

# Tvarohová pomazánka s křenem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 15min , Porce: 4

467 kalorií , 21 g cukrů , 9 g tuků , 54 g bílkovin

Autor: Jiřulka

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

## Příprava

Prolisovaný tvaroh smícháme s oloupanými nahrubo nastrouhanými jablky, přidáme rozšlehanou kysanou smetanu a jemně nastrouhaný křen. Osolíme, opepříme, zakapeme citrónovou šťávou a dobře promícháme.

## Ingredience

- ✓ 300 g tvarohu
- ✓ 200 g jablek
- ✓ 1 lžíce strouhaného křenu
- ✓ 2 lžíce zakysané smetany
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře
- ✓ citrónová šťáva

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Návštěva, Pomazánka

