

# Tvarohové nanuky



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 15min , Porce: 6

290 kalorií , 0 g cukrů , 7 g tuků , 45 g bílkovin

Autor: BEZ

Odkaz: <https://srecepty.cz/tvarohove-nanuky>

## Příprava

Tvaroh smícháme s cukrem, šťávou i kůrou a pak přimícháme dotuha ušlehanou smetanu. Vzniklou hmotu přendáme do tvořítek na zmrzlinu (můžeme použít i menší kelímky od jogurtu), doprostřed zapíchneme klacíky a dáme mrazit, nejlépe přes noc. Před podáváním namočíme do rozehřáté čokolády.

## Ingredience

- ✓ 250 g tvarohu
- ✓ 2 sáčky vanilkového cukru
- ✓ šťáva z 1/2 limetky
- ✓ šťáva z 1/2 pomeranče
- ✓ nastrohaná kůra z 1 limetky
- ✓ 250 ml smetany ke šlehání
- ✓ 1 čokoláda dle chuti

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Léto, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Klasika, Děti do 5 let, Dezert