

Univerzální tvarohový dip



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

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

905 kalorií , **0 g** cukrů , **39 g** tuků , **72 g** bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/univerzalni-tvarohovy-dip>

Příprava

Sýr rozdrobíme a utřeme dohladka s tvarohem. Zjemníme smetanou, vetřeme citrónovou šťávu, olivový olej a utřený česnek se solí. Dochutíme pepřem a nanejmeno nasekanou bazalkou, příp. koprem, pažitkou, mátou – záleží na chuti každého.



Tip k receptu

Do dipu můžeme nakrájet také chilli papričky, příp. beraní rohy.

Ingredience

- ✓ 250 g kozího sýru
- ✓ 120 g jemného tvarohu
- ✓ 2 lžičky zakysané smetany
- ✓ 3 lžičky citrónové šťávy
- ✓ 1-2 lžičky olivového oleje
- ✓ 1-2 stroužky česneku
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ špetka mletého pepře
- ✓ hrst čerstvě nasekané bazalky nebo pažitky nebo kopru, apod.

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Jídlo na každý den, Návštěva, Omáčka

