

Karotková pomazánka

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Karotka nejlépe bio 500 g
- Česnek 1 stroužek
- Malé cibule 2 ks
- Olivový olej 2 lžíce
- Bílý jogurt 300 ml
- Petrželka 1.2 svazek
- Piniová jádérka 40 g
- Sůl a pepř na dochucení 2 špetka

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Karotky, cibuli a česnek oloupejte. Karotku a cibuli nahrubo nastrouhejte, česnek najemno nasekejte. V pánvi rozehejte olej a asi 5 minut na něm smažte karotku, cibuli a česnek. Nechte vychladnout a vmíchejte do jogurtu. Z petrželky otrhejte lístky a nasekejte je. Vmíchejte do jogurtu, směs osolte a opepřete. Piniová jádérka nasucho opražte. Posypte jimi pomazánku a podávejte ji s oblíbeným pečivem či nasucho opečeným chlebem.