

Tvarohová pomazánka s brokolicí

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: Ravena



Suroviny

Porce: 4

- brokolice 100 g
- termizovaného smetanového sýru 100 g
- měkkého tvarohu 200 g
- jarní cibulku 1 ks
- stroužek česneku 1 ks
- čerstvě mletý pepř 1 špetka

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření v páře

Země: Belgie

Počet porcí: 4

Postup:

Brokolici povařte asi 5 minut v páře. Když je měkká, rozmělněte ji šťouchadlem na brambory, přidejte termizovaný sýr, tvaroh, jemně nasekanou jarní cibulku nebo šalotku, čerstvě mletý pepř a případně také prolisovaný česnek a vše promíchejte. Hotovou pomazánku mažte na celozrnné pečivo. Je to skvělá snídaně nebo svačina!