

Dietní tvarohová pomazánka s karotkou

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Měkký tvaroh 250 g
- Karotky 125 g
- Oloupané jablka 50 g
- Citrónová šťáva 1 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Tvaroh vyšleháme do pěny, přidáme nastrouhanou karotku a jablka, citrónovou šťávu a zamícháme. Nejlépe chutná s tmavým či celozrnným pečivem.