

Jogurtový zeleninový nápoj

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Nízkotučný bílý jogurt 300 ml
- Zakysaná smetana 1 dl
- Salátová okurka 300 g
- Cukr krupice 1 ks
- Citrónová šťáva 4 kapka

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Slovensko

Počet porcí: 2

Postup:

Jogurtový nápoj připravíme v mixéru. Pracujeme s dobře vychlazenými ingrediencemi, abychom pak nápoj nemuseli dlouze chladit.

Nízkotučný jogurt dáme do mixéru společně s neoloupanou, ale dobře očištěnou, okurkou nakrájenou na malé kousky. Promixujeme. Přilijeme zakysanou smetanu a okořeníme. Podle chuti přidáme sůl, mletý černý pepř, špetku cukru a nejlépe čerstvou pažitku. Jako poslední přidáme nasekaný kopr, pár kapek čerstvé šťávy z citronu a znovu promixujeme.

Jogurtový zeleninový nápoj podáváme ihned po přípravě, aby nám "neutíkaly" vitamíny. Nápoj už stačí jen rozdělit do vyšších sklenic.