

Jogurtová snídane

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Suzannka



Suroviny

Porce: 1

- Řecký jogurt hustý 1 kelímek
- Vlašské ořechy 1 hrst
- Med 1 lžíce
- Hroznové víno 5 kulička

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Řecký tuhý bílý jogurt bez příchutě dáme do misky. Přidáme vrchovatou lžící medu a zamícháme. Vlašské ořechy nasekáme na menší kousky a přimícháme k jogurtu. Hroznové víno omyjeme a kuličky rozčtvrtíme. Přidáme k jogurtu a smícháme. Podle chuti můžeme přisladit medem. Vychlazené podáváme.