

Vitamínová miska

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Mrkev 1 svazek
- Citronová šťáva (citronka) 1 ks
- Med 1 ks
- Bílý jogurt 2 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Mrkve očistíme, opláchneme a jemně nastrouháme. Promícháme s citronovu šťávou a medem. Nakonec vmícháme jogurt a necháme vychladit. Podáváme jako dezert nebo odpolední svačinu.