

Banánová pomazánka s ořechy

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- banán 1 ks
- měkký tučný tvaroh 1 kelímek
- citronová šťáva 1 lžička
- med 2 lžíce
- sekané ořechy 1 hrst

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Zralý banán rozmačkáme vidličkou a smícháme ho s tvarohem.

Poté přidáme med, citronovou šťavu a sekané ořechy. Vše důkladně promícháme. Banánovou pomazánku necháme odpočinout v chladu.

Banánová pomazánka je výborná s opečenými toasty.