

# Balkánská pomazánka



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 10min , Porce: 1

**152** kalorií , **0 g** cukrů , **14 g** tuků , **2 g** bílkovin

**Autor:** Angel 666

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/balkanska-pomazanka>

## Příprava

Tvaroh smícháme se zakysanou smetanou, osolíme, opepříme a přidáme rajče a papriku nakrájené na malé kousky a nakonec vmícháme najemno posekané jarní cibulky, které dáme celé i s natí.

## Ingredience

- 1 balení tvarohu
- 1/2 balení zakysané smetany
- sůl
- pepř
- 2 jarní cibulky
- 1 velké rajče
- 1 zelená paprika

## Kategorie

Obyčejný den, Balkánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Rodina, Pomazánka

