Kaše ze syrové mrkve

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 15min , Porce: **1**

61 kalorií , **2 g** cukrů , **0 g** tuků , **5 g** bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: https://srecepty.cz/kase-ze-syrove-mrkve

Příprava

Mrkev rozmixujeme, promícháme s tvarohem a smetanou, osolíme. Dle chuti ještě okořeníme (pepř, kari, paprika) .

Ingredience

- 80 g mrkve
- 40 g odtučněného tvarohu
- 0,15 dcl smetany
- špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Zelenina, Svačinka