

Nakládáný tvrdý tvaroh



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 20min , Porce: 4

2886 kalorií , **0 g** cukrů , **237 g** tuků , **135 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/nakladany-tvrdy-tvaroh>

Příprava

Tvaroh nakrájíme na kostičky a promícháme ho s chilli papričkami nakrájenými na kolečka, s kapary a s přepůlenými stroužky česneku. Přidáme celý pepř a promícháme. Touto směsí naplníme zavařovací sklenici (nebo sklenice – podle velikosti sklenic). Dolijeme olejem, tak aby bylo vše potopené. Necháme minimálně 4 dny marinovat, poté podáváme s čerstvým chlebem nebo bagetkou.

Tip k receptu

Olej můžeme použít jaký chceme – slunečnicový, olivový, řepkový... dle chuti.



Ingredience

- 400 g tvrdého tvarohu
- 4 ks chilli papričky
- 4 stroužky česneku
- 4 lžíce kaparů
- 200-300 ml slunečnicového oleje
- 2 lžičky pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Ostatní