

# Tvarohová pěna s čokoládou



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 20min , Porce: 4

118 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

**Autor:** JanaB

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/tvarohova-pena-s-cokoladou>

## Příprava

Do misky na šlehání dáme cukr, tvaroh a zakysanou smetanu. Elektrickým šlehačem vše šleháme asi 2 minuty do pěny, poté naředíme mlékem a šleháme další 2 minuty. Pěnu rozdělíme do 4 misek, povrch trochu urovnáme a připravíme čokoládu. Čokoládu nalámeme do malého kastrůlku, zalijeme 5 lžícemi vody a za stálého míchání jí rozpustíme ve vodní lázni. Mícháme tak dlouho, dokud se čokoláda nespojí s vodou. Připravenou čokoládou polijeme tvarohovou pěnu v miskách. Necháme mírně vychladit.



## Ingredience

- 1 odtučněný tvaroh ve fólii
- 2 lžíce cukru krupice
- 1 zakysaná smetana
- 5 lžic mléka
- 100 g čokolády na vaření
- 5 lžic vody

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rychlovka, Děti do 5 let, Rodina, Svačinka