

# Tvarohová pomazánka s cibulí a okurkou



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 15min , Porce: 5

**1090** kalorií , **0 g** cukrů , **80 g** tuků , **75 g** bílkovin

**Autor:** Kantarina

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/tvarohova-pomazanka-s-cibuli-a-okurkou>

## Příprava

Cibuli, okurku a sýr nastrouháme najemno, smícháme s tvarohem. Přidáme kremžskou hořčici, promícháme a podáváme. Mažeme na chleba a zdobíme dle chuti.

## Ingredience

- 400 g tučného tvarohu
- 5 sterilovaných okurek
- 2 lžíce kremžské hořčice
- 1 cibule
- 100 g Eidamu (Edam)

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Rodina, Pomazánka

