

# Tvarohová pomazánka



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 20min , Porce: 1

**274** kalorií , **0 g** cukrů , **7 g** tuků , **45 g** bílkovin

**Autor:** Tomáš Pavelka

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

## Příprava

Tvaroh promícháme se smetanou. Rajčata spaříme, odstraníme slupku a nastroháme na hrubém struhadle. Promícháme je s tvarohovou hmotou a dochutíme solí a pepřem. Pomazánku rozetřeme na pečivo nebo na chleba a zdobíme jemně nasekanou pažitkou.

## Ingredience

- 250 g tvarohu
- 1 dcl zakysané smetany
- 4 rajčata
- pažitka
- špetka pepře
- špetka soli

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rodina, Pomazánka