

# Tvarohový krém s pudinkem



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

**225** kalorií , **25 g** cukrů , **10 g** tuků , **15 g** bílkovin

**Autor:** JanaB

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/tvarohovy-krem-s-pudinkem>

## Příprava

Ve studeném mléce rozmícháme pudinkový prášek, přidáme cukr a uvaříme pudink. Ještě horký rozdělíme do misek, nebo do sklenic. Tvaroh, zakysanou smetanu, cukr a vanilkový cukr vyšleháme do pěny, kterou rozdělíme do misek na pudink. Povrch ozdobíme čerstvým, nebo kompotovaným ovocem dle vlastní chuti a dáme asi na 30 minut vychladit. Podáváme samostatný, nebo s piškoty.

## Ingredience

- Na pudink - 500 ml polotučného mléka
- 1 sáček jahodového pudinkového prášku
- 2 lžíce cukru krupice
- Na krém - 1 jemný tvaroh
- 1 zakysaná smetana
- 2 lžíce cukru krupice
- 1 vanilkový cukr
- ovoce na ozdobu

## Kategorie

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

