

Čočková pomazánka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 3

2314 kalorií , **0 g** cukrů , **126 g** tuků , **86 g** bílkovin

Autor: Lenulinka

Odkaz: <https://srecepty.cz/cockova-pomazanka>

Příprava

Přebranou čočku namočíme a 30 minut necháme namočenou. Uvaříme ji a po vychladnutí rozmixujeme. Přidáme máslo, rajčatový protlak a uvařenou zeleninu. Vše důkladně utřeme, osolíme, opepříme a mažeme na tmavý chléb nebo topinky.

Ingredience

- 370 g čočky po namočení
- 150 g másla
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 1 mrkev
- 1 celer
- 1 petržel
- špetka soli
- špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Luštěniny, Rodina, Pomazánka

