

Jogurtové pohlazení

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

353 kalorií , **24 g** cukrů , **6 g** tuků , **9 g** bílkovin

Autor: veka

Odkaz: <https://srecepty.cz/jogurtove-pohlazeni>

Příprava

Mléko, jogurt, med i granko dáme do mixéru a promixujeme do pěny. Nalijeme do skleničky a ozdobíme např. jahodou.

Tip k receptu

Můžeme použít i jogurt např. jahodový

Ingredience

- 150 ml mléka
- 150 ml jogurtu
- 30 g včelího medu
- 8 - 10 lžiček Granka

Kategorie

Narozeniny, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Rodina, Nápoje a koktejly