

Domácí vanilkový přibináček



2 PORCE



5 MINUT



STOB RECEPT

Ingredience

Potravina	Množství (g/ml)
Tvaroh odtučněný průměr	250
Smetana ke šlehání 33%	20
Cukr bílý (řepný, třtinový)	8
Dochucovadla: vanilka	

Postup přípravy

Tvaroh vyšleháme se smetanou a malým množstvím cukru, přidáme semínka z vanilkového lusku. Podáváme s libovolným ovocem. Cukr můžeme vynechat nebo nahradit jiným sladidlem nebo rozmixovaným banánem. Cukru je ale použito 4x méně než v kupovaných variantách a v jedné porci jsou obsaženy jen 4 gramy cukru.