

Sladká rýže s Tvarohem & jogurtem a jahodami

🕒 25 minut

náročnost ●○○○

Rýžový nákyp zná každý minimálně ze školní jídelny, vyzkoušejte také naši sladkou rýži s Jihočeských tvarohem & jogurtem.



Ingredience

- 135 g Tvaroh s jogurtem od Madety
- 3 lžičice ryže
- 100 g jahod
- 1 lžička stevie nebo třetinového cukru
- chia semínka
- plátky kokosu
- máta na ozdobení

Návod na přípravu:

Rýži uvaríme dle návodu s jednou lžičkou stevie nebo třetinového cukru. Uvařenou rýži slijeme a necháme pořádně okapat. Vodu z ryže si necháme stranou. Jahody omyjeme a nakrájíme na plátky. Vláčnou rýži smícháme s tvarohem s jogurtem od Madety. Pokud je směs příliš hustá, zředíme ji s trochou vody z ryže. Hotovou rýži ozdobíme plátky jahod, mátou a posypeme chia semínky a kokosem.