

Banánový dezert s Tvarohem & jogurtem

🕒 15 minut

náročnost ●○○○

Hledáte výbornou svačinku, snídani, či dezert k obědu? Tato kombinace osvěžující ovoce a Tvarohu & jogurtu určitě zaboduje.



Ingredience

- 135 g Tvarohu s jogurtem od Madety
- 1 banana
- hrst nasekaných mandlí nebo jiných ořechů
- sušené ovoce
- kiwi
- 1 lžička stevie nebo medu

Návod na přípravu:

Oloupané kiwi a půlku banánu nakrájíme na kolečka. Banán položíme na dno misky. Druhou polovinu banánu rozmáčkáme s tvarohem s jogurtem od Madety a podle chuti osladíme stevií či medem. Dáme do misky s banánem a ozdobíme ořechy, sušeným ovocem a plátky kiwi. Dobrou chuť :)