**Pomazánky z naší MŠ**

**POMAZÁNKA Z RYB**

15 dkg měkký tvaroh

6 dkg ryb v tomatě

1 dkg cibule, sůl

citrónová šťáva, máslo podle chutě

**POMAZÁNKA Z RYBÍHO FILÉ**

15 dkg rybího filé

6 dkg másla

2 dkg rajského protlaku

sůl, kmín, pažitka, citrónová šťáva

**POMAZÁNKA Z TRESČÍCH JATER**

10 dkg másla

8 dkg tresčích jater

pažitka, sůl

**POMAZÁNKA Z OLEJOVEK**

10 dkg másla

7 dkg olejovek

citrónová šťáva, pažitka, sůl

**POMAZÁNKA MÁSLOVÁ S PAŽITKOU**

10 dkg másla

2 dkg pažitky

sůl, citrónová šťáva

**POMAZÁNKA VAJEČNÁ**

3 ks vajec

7 dkg másla

1 dkg cibule

sůl, pažitka

**POMAZÁNKA BUDAPEŠTSKÁ**

13 dkg měkký tvaroh

4 dkg másla

3 dkg cibule

1 dkg mléka

sladká paprika, sůl

**ZELENINOVÁ POMAZÁNKA**

13 dkg másla

3 ks vejce

7 dkg paprika kapie steril.

7 dkg hrášek sterilovaný

6 dkg tvrdý sýr

7 dkg mrkev

3 dkg cibule

mléko, pažitka

**ŠVÉDSKÁ POMAZÁNKA**

18 dkg tresčí játra

18 dkg měkký tvaroh

7 dkg másla

3 dkg cibule

7 dkg okurky sterilované

3 dkg mléko

pažitka

**POHANKOVÁ POMAZÁNKA**

pohanka – připravíme dle návodu

sýr žervé

sůl

česnek

zelená petrželka

C**ELEROVÁ POMAZÁNKA**

10 dkg másla

5 dkg syrového strouhaného celeru

sůl

**KRTEČKOVA POMAZÁNKA**

10 dkg másla

měkký tvaroh

čerstvá nevařená mrkev a celer podle chuti

pokapat citrónovou šťávou

sůl

**ZIMNÍ POMAZÁNKA**

smetanový tavený sýr

bílý jogurt

čerstvá mrkev, celer, petržel

strouhané jablko

citrónová šťáva

sůl

**Všechny pomazánky: rozpis na 10 porcí.**

SÝROVÝ SALÁT PESTRÝ:

sýr eidam 100g

jablka 30g

hruška 30g

rajče 50g

jogurt bílý 125g

citronová štáva,sůl

JOGURTOVÝ POHÁR:

jogurt bílý 250g

rozinky 50g

med 10g

banány 100g

jablka 100g

POMAZÁNKA CELEROVÁ:

celer 80g

jogurt bílý 60g

tvaroh měkký 30g

rama 30g

citron,sůl