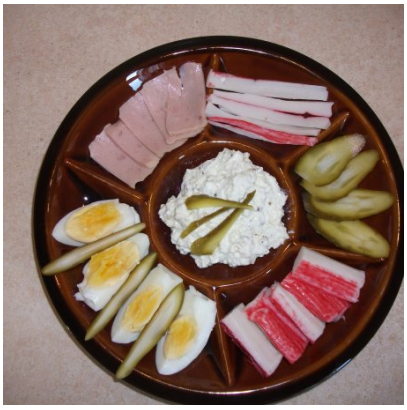
Dietetyczny proteinowy półmisek



SMAKOSZ6

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

twaróg	1/2 kostki
paluszki krabowe	1 opakowanie
jogort naturalny	3 łyżki
Musztarda francuska Prymat	1 łyżeczka
jajko ugotowane na twardo	3 sztuki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na półmisku układamy jajka pokrojone na ćwiartki. Twarożek rozrobić z jogurtem i musztardą, ułożyć porcję obok jajek. paluszki pokroić na połówki i ozdobić nimi półmisek. Taka przekąska idealnie sprawdza się dla osób stosujących dietę białkową. Smacznego!