



Pasta z twarogu z warzywami i siemieniem lnianym

*Nasza kuchnia zdecydowanie jest zwolennikiem przemycania zdrowia tak gdzie się da.
Dlatego często proponujemy Państwu przepisy, w których można „ukryć” zdrowe składniki.
Oczywiście można dowolnie eksperymentować. W weekendy dodatkowo proponujemy
wspólne ozdabianie kanapek. Bawmy i uczmy się także w kuchni ☺*

Składniki:

- biały twarożek
- siemię lniane
- szczypiorek, czerwona papryka, ogórek zielony
- sól, pieprz

Sposób przygotowania

Szczypiorek i paprykę posiekać, zetrzeć ogórka na tarce. Połączyć z twarożkiem, dodać sól, pieprz do smaku i siemię lniane (lub len złoty).

Smacznego ☺



EduChef

Rajszew, ul. Modlińska 75

05-110 Jabłonna

Tel. 661-333-175, 661-333-170

www.educhef.pl

