

Koktejl z chřestu

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 45 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Chřest uvaříme v osolené vodě doměkka. Po uvaření ho oloupeme a nakrájíme na kousky, pokapeme citrónovou šťávou a necháme vychladnout. Jogurt smícháme se zbylou citrónovou šťávou, solí, cukrem, kari, protlakem a rozmícháme. Nakonec vmícháme ušlehanou šlehačku. Do sklenic vlijeme připravenou směs s chřestem a ozdobíme pomerančem. Podáváme vychlazené.

Ingredience

- **Chřest zelený** - 400 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Citróny** - 20 g
- **Pomeranče** - 120 g
- **Sladidlo Stevie** - 2 g
- **Bílý jogurt z Valašska 3% 150 g** - 100 g
- **Kari 25 g** - 1 g
- **Milkin smetana ke šlehání 33% 250 ml** - 100 g
- **Podravka rajčatový protlak v tubě 120 g** - 40 g

