

Nátierky, ktoré pripravujú kuchárky pre deti

Nátierka z taveného syra s cesnakom

Maslo, tavený syr Karička, Bambino, cesnak, soľ.

Pracovný postup:

- všetko spolu spojíme.

Nátierka kuracia

Uvarené kuracie prsia, cibuľa, maslo, lyžica horčice, soľ.

Pracovný postup:

Uvarené kuracie prsia nakrájame na kocky a spolu s cibuľou rozmixujeme. Zmes spojíme s vyšľahaným maslom, lyžicou horčice a dochutíme soľou.

Nátierka zeleninová

Maslo, vajcia uvarené na tvrdo, paprika, paradajka, soľ

Pracovný postup:

- všetko spolu spojíme.

Nátierka vajíčková

Maslo, vajcia uvarené na tvrdo, soľ

Pracovný postup:

- všetko spolu spojíme.

Nátierka z tofu syra

Maslo, tofu syr, soľ

Pracovný postup:

- všetko spolu spojíme.

Nátierka špenátová

½ balíka mrazeného špenátu, cibuľa, olej, 2 strúčiky cesnaku, 2 vajíčka, ½ masla, soľ

Pracovný postup:

Mrazený špenát speníme na oleji s cibuľou, pridáme cesnak, popražíme kým sa nevyparí voda. Do špenátu pridáme rozšľahané vajíčka, opožujeme. Necháme vychladnúť. Zmes spojíme s vyšľahaným maslom. Dochutíme soľou.