

Pohánková nátierka

- 100 g pohánky
- 250 g tvarohu
- cesnak
- petržlenová vňať
- soľ a čierne korenie

Postup:

Uvarenú pohánku nechajte vychladnúť, potom vmiešajte tvaroh, prelisovaný cesnak, nakrájanú petržlenovú vňať, soľ a trocha čierneho korenia. Natierajte na teplé toasty a prípadne ozdobte petržlenom.