



# Tosty z marchewkowym twarożkiem z chrzanem i sałatką warzywną

przepisy.pl



 30 minut  2 osoby  Łatwe

## Składniki:

### na tosty z marchewkowym twarożkiem

- kromka chleba razowego - 2 sztuki
- szczypiorek - 2 łyżki
- tarte / mielone orzechy włoskie - 1 łyżka
- twaróg półtłusty - 125 gramów
- chrzan - 1 łyżka
- marchew - 45 gramów
- seler - 60 gramów
- jogurt naturalny - 50 gramów
- czarny pieprz - 0.5 łyżeczek
- gałka muskatołowa - 0.25 łyżeczek

### na sałatkę warzywną

- rzodkiewka - 115 gramów
- pomidorki koktajlowe - 150 gramów
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 0.25 łyżeczek
- oliwa z oliwek - 1 łyżeczka
- pestki słonecznika - 1 łyżka
- oregano - 0.25 łyżeczek
- bazylia - 0.25 łyżeczek

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

## Sposób przygotowania:

1. Ser rozgnieć widelcem, razem z orzechami, jogurtem, chrzanem i startymi na tarce o grubych oczkach marchewką i selerem. Dodaj pokrojony drobno szczypiorek i przyprawy.
2. Chleb podpiecz w tosterze.
3. Przygotuj sałatkę. Do miski wrzuć pokrojone w plasterki rzodkiewki, pomidory przekrojone na pół i podprażone na suchej patelni pestki słonecznika. Oliwę połącz z przyprawą uniwersalną Knorr i oregano. Polej sałatkę.
4. Twarożek podawaj z pieczywem i sałatką warzywną.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)