

Ovocné parfait s tvarohovým Lipánkem, müsli a ovocem

🕒 10 minut

náročnost ●○○○

Ingredience (1 porce)

- 1 kelímek tvarohového Lipánka
- 4 lžíce müsli
- 100 g čerstvého ovoce (kiwi, jahody, borůvky)
- lískové oříšky
- med nebo javorový sirup na dochucení
- máta



Návod na přípravu:

Příprav si skleničku nebo menší misku. Na dno nasyp jednu lžici müsli, na ně dej několik lžic tvarohového Lipánka. Potom přidej vrstvu nakrájeného ovoce, lískové oříšky, a nakonec pokapej trochou medu a ozdob mátou. Podávej ihned nebo nech krátce vychladit v lednici.