

Pomazánka z filé

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 20 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Filé uvaříme, osolíme a necháme vystydnout. Pak jej rozdrobíme a vykostíme. Společně s cibulí nasekáme, mrkev nastrouháme, a vše smícháme. Zakapeme šťávou a vmícháme majolku s jogurtem.

Ingredience

- **Cibule volná** - 60 g
- **Mrkev** - 200 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Citróny** - 20 g
- **Filé rybí** - 440 g
- **Majonéza Master 180ml** - 40 g
- **Bílý jogurt z Valašska 3% 150 g** - 40 g

