

## RECEPTY

### MRKVOVÁ POMAZÁNKA

Mrkev	2 ks
Lučina	250 g (může být i tvaroh)
Zakysaná smetana	2 lžíce
Sůl	dle chuti
Pažitka	

Mrkev nastrouháme najemno a společně s nasekanou pažitkou přidáme do Lučiny, kterou jsme smíchali se zakysanou smetanou. Dochutíme.

Pomazánka je vhodná nejen pro děti, ale i pro dospělé.

### OKURKOVÁ LIMONÁDA

Salátová okurka	2 ks
Limetka	2 ks
Voda	1,5 l
Med	3 lžíce

Okurky omyjeme, oloupeme (můžeme nechat i se slupkou) a nakrájíme na malé kousky.

Limetky rozkrojíme a vymačkáme z nich šťávu.

Nakrájené okurky vhodíme do mixéru a pečlivě rozmixujeme. Rozmixované okurky přelijeme do džbánu a přilijeme 0,5 l vody. Směs vložíme do lednice a necháme asi 20 minut louhovat.

Poté okurky přecedíme přes jemné sítko do jiného džbánu a dolijeme zbytkem vody. Přidáme limetkovou šťávu. Limonádu osladíme medem. Pečlivě promícháme a dáme vychladit do lednice.

Okurkovou limonádu podáváme v horkých dnech jako výborný osvěžující nápoj plný vitamínů.

Doplníme kostkami ledu, brčkem a sklenku ozdobíme kolečkem okurky.