Yrttitahna

Mausteinen yrttitahna sopii sekä leivälle että dippikastikkeeksi.

|  |  |
| --- | --- |
| VALMISTELUT: 10 minuuttia + 1 tunti jääkaapissa  Noin 4 dl yrttitahnaa | |
| 200 g | Vähärasvaista tuorejuusto **(esimerkiksi raejuustoa)** |
| 4 | Retiisiä silputtuna |
| 2 rkl | Tuoretta basilikaa silputtuna tai 1 tl kuivattua basilikaa |
| 1 | Valkosipulin kynsi murskattuna |
| ½ tl | Raastettua sitruunankuorta |
| 1. Notkista tuorejuustoa tehosekoittimessa noin 15 sekuntia. 2. Sekoita juustoon retiisisilppu, basilika, valkosipuli ja sitruunankuori. Peitä ja pane jääkaappiin vähintään tunniksi ennen tarjoamista. | |
| MUUNNOS  **Chutneytahna:** Käytä retiisien, basilikan, valkosipulin ja sitruunankuoren asemesta ainakin 1 ruokalusikallinen mangochutney’a. Chutney on intialainen hapanimelä pikkelssi, jota voi ostaa itämaisia herkkuja myyvistä kaupoista. | |

|  |  |
| --- | --- |
| Ruokalusikallisessa: | |
| Kaloreita | 13 |
| Rasvaa yhteensä | 1 g |
| Tyydyttyneitä rasvahappoja | 1 g |
| Kolesterolia | 3 mg |
| Proteiineja | 1 g |
| Hiilihydraatteja | 0 g |
| Natriumia | 6 mg |
| Kuituja | 0 g |
| Sokeria lisätty | 0 kcal |