

## **Хатні маянез: тварожны запраўка для салаты, мяса, рыбы**

### **Інгрэдыенты:**

- 3 ст. л з горкай тварагу
- 3 ст. л кефіра (не меней 2% тлустасці)
- 2 вараныя жаўткі
- 5-8 кропель цытрынавага соку
- 1/2 ч. л гарчыцы
- дробка чорнага молатага перцу
- 1/4 ч. л солі

### **Спосаб прыгатавання:**

1. Варым яйкі, жаўткі аддзяляем ад бялкоў. Расціраем жаўткі відэльцам.
2. Бярэм тварог пастападобнай тэкстуры. Дадаём да яго кефір і расцёртыя жаўткі. Размешваем.
3. Дадаём да масы выціснуты з цытрыны сок, соль і перац. Здрабняем блэндэрам.
4. Дадаём гарчыцу і зноў здрабняем.
5. Па жаданні можна дадаць часнок і любімую зеляніну.

**Смачна есці!**

## **Домашний майонез: тварожный для салата, мяса, рыбы**

### **Ингредиенты:**

- 3 ст. л с горкой творога
- 3 ст. л кефира (не менее 2% жирности)
- 2 варёных желтка
- 5-8 капель лимонного сока
- 1/2 ч. л горчицы
- щепотка черного молотого перца
- 1/4 ч. л соли

### **Способ приготовления:**

1. Варим яйца, отделяем белки от желтков. Разминаем желтки вилкой.
2. Берем творог пастообразной текстуры. Добавляем к нему кефир и растёртые желтки. Размешиваем.
3. Добавляем к массе выжатый из лимона сок, соль, перец. Перемешиваем блендером.
4. В конце добавляем горчицу и снова взбиваем.
5. По желанию можно добавить чеснок и любимую зелень.

**Приятного аппетита!**