Svačinka s cottage sýrem a ředkvičkami

Časová náročnost: 10 minut

Seznam přísad

2 ks	čerstvé pečivo (např. celozrnné housky)
2 stroužek	česnek
250 g	kvalitní cottage sýr
	sůl
1 svazek	čerstvé ředkvičky
	čerstvá pažitka, petrželka apod. na posypání

Postup přípravy

Česnek prolisujeme a vmícháme do cottage sýra. Podle chuti dosolíme. Ředkvičky omyjeme a nakrájíme na středně silné plátky. Na čerstvé pečivo namažeme utřený cottage sýr s česnekem a poklademe jej ředkvičkami. Nakonec posypeme nadrobno nakrájenou pažitkou. Podáváme jako chutnou a zdravou svačinku.

Poznámka: *Cottage (vyslovujeme „kotydž“) je hrudkovitý tvarohový sýr s vůní a chutí tvarohu a se stopou syrovátky. Není ani uležený, ani barvený. Jeho název pochází z anglického výrazu pro domácí tvarohový sýr (cottage cheese), který se odpradávna vyráběl na farmách ze zkyslého neošetřeného mléka. Článek o tom,* ***proč je cottage sýr zdravý a jak si koupit v obchodě ten správný****, si přečtěte ZDE*