



## Masło czosnkowe

★★★★★ (24)

🕒 5 minut



👨‍🍳 łatwy

### Wartości odżywcze

**0 kcal** / 1 porcję (0 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

🔥 Kaloryczność <b>693.76 kcal</b> 34.69%	🥩 Białko <b>0.95 g</b> 1.9%	🍞 Węglowod. <b>2.18 g</b> 0.81%	🍷 Tłuszcze <b>77.13 g</b> 110.19%	🌾 Błonnik <b>0.20 g</b> 0.8%	<b>GDA</b> <b>34.69%</b>
--	-----------------------------------	---------------------------------------	---	------------------------------------	-----------------------------



### Składniki

- Masło ekstra - 100g (20 łyżeczek)
- Czosnek duży - 5g (ząbek)
- Oregano - 2g (łyżeczka)



### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Wymij masło z lodówki, aby zmiękło.

**KROK 2:** Dodaj do niego przeciśnięty przez praskę czosnek i łyżeczkę oregano (lub innych, ulubionych ziół: natki pietruszki, koperku, bazylii). Całość wymieszaj.

**KROK 3:** Możesz doprawić szczyptą soli o obniżonej zawartości sodu.

\*Masło przechowuj w lodówce i dodawaj do ulubionych potraw. Idealnie smakuje na ciepłych tostach lub jako dodatek do mięs.

Smacznego!

