

Pomazánka ze sledů, naložených na sladko-kyselo

<https://varimesmarcelou.cz/pomazanky/pomazanka-ze-sledu-nalozenych-na-sladko-kyselo.html>

Maso ze sledů, naložených na sladko-kyselo má výtečnou chuť. Mám vyzkoušeno, že pomazánka ze sledů nabrousí umdlévajícím hostům chuť ke konzumaci na každém večírku. Připravte s pomazánkou malé opečené tousty nebo jednohubky a sami uvidíte, jak rychle budou mizet.

Přiznám se, že po téměř ročním půstu, kdy jsem směla jíst jen samá dietní jídla, která chutěmi moc neoplývala, teď miluji jídla pikantní, chuťově výrazná.

Chuť pomazánky mě uchvátila. První konzumace skončila naprostým přejedením.

Pomazánka ze sledů má další přednost, je mimořádně chudá na tuky, tak se o svoji váhu nemusíte bát a směle se do ní pusťte.

Na přípravu cca 600 g pomazánky ze sledů budeme potřebovat

- 250 g filátek ze sledů, naložených na sladko-kyselo
- 200 g čerstvého sýra nebo sýra Cottage
- 150 g jogurtu
- 2 uvařená a oloupaná vejce na tvrdo
- 1 [jarní cibulku](#) i se zelenou natí
- 1 cm [chilli papričky](#)
- 4 cm čerstvé červené papriky (kapie)
- 1 kyselou okurku střední velikosti
- Plocholistou [petrželku](#)
- Sůl a pepř
- Kuchyňský sekáček nebo foodprocesor z robotu

Postup přípravy pomazánky ze sledů

Z uvařených vajíček oddělíme bílky od žloutků. Žloutky vložíme do nádoby sekáčku.

Okurku, červenou papriku a vaječný bílek nakrájíme na drobné kostičky (o hraně přibližně 2-3 mm). [Petrželku](#) nasekáme na jemno. Zelenou [nať jarní cibulky](#) nakrájíme na kolečka.

Do misky sekáčku přidáme ke žloutkům pokrájená filátka sledů na přibližně 1,5 cm kusy, bílou část [jarní cibulky](#), kousek [chilli papričky](#), čerstvý sýr a jogurt.

Vše v misce nasekáme na velmi malé kousky. Ale dáme si pozor, abychom z [pomazánky](#) neudělali kaši.

MOJE ZKUŠENOST: *Protože surovin na pomazánku je poměrně hodně, všechny suroviny, které vkládáme do misky sekáčku, jsem si rozdělila na dvě stejné části. A postupně jsem je nasekala.*

Obsah misky sekáčku přendáme do větší skleněné mísy, přisypeme připravenou nakrájenou okurku, červenou papriku a vaječný bílek. Jako poslední přidáme jemně nasekanou [petrželku](#).

Vše promícháme a ochutnáme. Můžeme dochutit solí a pepřem dle vlastního uvážení.

Když [pomazánku](#) nesníte, stačí jí přemístit do uzavíratelné nádoby a uložit do ledničky. Tam vydrží i několik dnů.