

Diétás uzsonna receptgyűjtemény

1. Körözött
2. Sült zellerkrém
3. Lenmagos cukkínikrém
4. Tonhalas lepény
5. Medvehagymás sonkás mascarponés csiga
6. Céklás szendvicskrém
7. Lazacos krémsajtos uborkatekerics
8. Tojáskrém
9. Csicseriborsókrém
10. Cukkínis camambert sajtos szendvicskrém
11. Caprese
12. Görög saláta
13. Padlizsánkrém
14. Friss paradicsomos répakrém
15. Teljes kiőrlésű tortilla tekercs
16. Petrezselymes joghurt karalábéval és sárgarépával
17. Teljes kiőrlésű magvas kréker
18. Snidlinges paprikás sajtkrém
19. Reform tepertős túrós pogácsa
20. Hagymás retekkrém
21. Kakukkfűves házi szárnyas májpástétom
22. Házi csirkemájkrém
23. Kapros túrókrém
24. Sült káposzták joghurtos öntettel
25. Sajtos zabkása pirított gombával
26. Karalábékrém joghurttal
27. Kecsesajtos tojáskrém spárgával
28. Pármai sonkás brokkolis zabmuffin
29. Medvehagymás túrós csiga
30. Sajtos palacsinta kolbászos tejfölös krémmel
31. Korpás pogácsa
32. Olivás túrókrém
33. Köménymagos sajtos rúd
34. Medvehagymás körözött
35. Kolbászos tojáskrém
36. Brokkolis zöldfűszeres omlett
37. Tojásos remulád szendvicskrém
38. Sült sárgarépakrém
39. Light Tonhalkrém
40. Zabpelyhes puffancs
41. Tojással, sonkával, sajttal töltött zsemle
42. Grillezett sajtos szendvicsalap tejfölös mártogatóssal
43. Lencsekrém
44. Kínai újhagymás palacsinta
45. Paradicsomos mozzarella csicseriborsó saláta
46. Sajtos melegszendvicskrém

47. Túrós zabpogácsa
48. Citromos cukkinis ricottakrém
49. Répás füstölt sajtos szendvicskrém
50. Görög csirkés melegszendvics feltét
51. Kapros túrós lepény
52. Mini hot dog
53. Kaszinó tojás
54. Gombás melegszendvicskrém
55. Céklás párizsisaláta joghurttal
56. Tripla sajtos gofri
57. Sajtos darált húsos melegszendvicskrém
58. Tonhalas palacsinta
59. Fetás uborkakrém
60. Avokádókrém