



JEJ
HRANLJIVO,

IZBERI LOKALNO SADJE

BRESKVE prehranska vlaknina

Breskve so bogat vir prehranskih
vlaknin.



1,9 g / 100 g živila

ALI VEŠ?

Vonj breskve običajno odraža zrelost,
sočnost in okusnost.



Poskrbi
za pestro in
uravnoteženo
prehrano ter zdrav
način življenja.

IZBERI LOKALNO SADJE

RECEPT

BRESKVE S SKUTO IN METO

SESTAVINE

- 1 breskev
- 2 žlici puste skute ali quarka /skyra
- mandljevi lističi
- sveža meta



PRIPRAVA

1. Breskev narežemo na koščke.
2. Naložimo v kozarec, dodamo skuto in mandljeve lističe ter potresemo z lističi sveže mete.

VEČ NA



NASVET:

Meso breskve je lahko bele do temno rumene barve ali celo rdeče, odvisno od sorte.