Wiosenny chłodnik

data aktualizacji: 2020.06.07 autor: Redakcja



Składniki:

- pęczek botwinki (ok. 5 średnich buraczków oraz liście z łodygami)
- 1-2 świeże ogórki
- 1-2 pęczki rzodkiewek

- 4 ząbki czosnku
- pęczek koperku
- 1 l jogurtu naturalnego, kefiru lub zsiadłego mleka, do wyboru lub ich mieszanka
- przyprawy: sól, pieprz, sok z cytryny
- 1/2 jajka ugotowanego na twardo na osobę
- sok z 1/2 cytryny

Wykonanie:
Ugotować jaja na twardo. Młode buraczki odciąć, obrać, umyć i pokroić w drobną kostkę. Łodygi z liśćmi przebrać, zwiędłe liście odrzucić, a pozostałe opłukać dokładnie wodą i drobno posiekać. Następnie zalać wodą w takiej ilości, aby były przykryte - ok 1/2-0.75 litra. Zagotować i pogotować 2-3 minuty; buraczki będą miękkawe, ale półtwarde. Dodać do ugotowanych buraków sok z cytryny, a następnie ostudzić je wstawiając garnek do zimnej wody.
W międzyczasie pokroić w kosteczkę obranego ogórka i umyte rzodkiewki i przełożyć całość do garnka o pojemności ok. 3 l. Dodać przeciśnięty przez praskę, obrany czosnek, a następnie kefir, jogurt lub ich mieszankę oraz ugotowaną, ale schłodzoną botwinkę. Doprawić solą, pieprzem ewentualnie czosnkiem do smaku i wymieszać. Na koniec dodać pęczek posiekanego koperku. Podawać schłodzony z jajkiem ugotowanym na twardo.
Zarówno smak jak i kolor nabierają intensywności po kilku godzinach od przygotowania, stąd warto chłodnik przygotować wcześniej i dobrze schłodzić w lodówce. Najlepszy jest na drugi dzień.

Źródło: https://eglos.pl/aktualnosci/item/35785-wiosenny-chlodnik