

Chłodnik z botwinki na jogurcie naturalnym



R'N'G KITCHEN



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

botwinka	1 pęczek
bulion warzywny	200 ml
sok z cytryny	1/2 szt
jogurt naturalny	400 ml
śmietana 12%	200 ml
rzodkiewki	4 szt
ogórek	1 szt (krótki lub gruntowy)
koperek	1 pęczek
szczypiorek	1 pęczek
cukier	
sól i pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Botwinę dokładnie wypłukałem, buraczki wyszorowałem, nie obrałem ich. Odciałem łodygi i liście, pokroiłem je dość drobno (w kawałki ok. 5 mm). Niedobre buraczki wrzuciłem do wrzącego bulionu z sokiem cytrynowym, gotowałem 5 minut, po czym wyłowilem je, wystudziłem. Obrałem ze skórki, pokroiłem drobną kostkę. Bulion ponownie zagotowałem, wrzuciłem posiekaną botwinę, blanszowałem przez 2 minuty. Odcedziłem, bulion zachowałem. Połączyłem z buraczkami. Wystudziłem, schłodziłem bulion, wymieszałem go z jogurtem i śmietaną. Rzodkiewki startem na tarce o grubych oczkach, ogórka pokroiłem w kosteczkę, koperek i szczypiorek posiekałem. Połączyłem wszystkie składniki, doprawiłem solą, cukrem, pieprzem i sokiem z cytryny. Przykryłem przezroczystą folią, wstawiłem do lodówki na kilka godzin.