

Sałatka z cukinii i buraków do słoików



R'N'G KITCHEN



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Składniki:

buraki	1 kilogram
cukinia	1 kilogram
cebula	200 gramów
ocet	0.75 szklanki
olej	0.5 szklanki
cukier	1 szklanka
sól	3 łyżeczki
pieprz	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Buraki:

Buraki dokładnie umyłem, każdy owinąłem folią aluminiową. Upiekłem w piekarniku w temperaturze 130 stopni C przez półtorej godziny. Upieczone i przestudzone buraki obrałem, startem na tarce o grubych oczkach

Cukinia:

Cukinię umyłem, obrałem ze skórki. Cukinię przekroiłem, usunąłem miąższ z nasionami, startem na tarce, na wąskie plasterki. Wsypałem do cukinii 1 i ½ łyżeczki soli i wymieszałem. Z cukinii nie odciskamy soku, jest potrzebny, ponieważ w zalewie nie ma wody.

Cebula:

Cebulę pokroiłem w paseczki o długości ok. 2 cm, wymieszałem z 1 i ½ łyżeczką soli i odstawiłem na ok. godzinę. Po tym czasie odcisnąłem wytworzony sok, przelałem cebulę chłodną wodą i ponownie odcisnąłem na sitku.

Gotowanie i pasteryzowanie:

Umieściłem warzywa, ocet, olej i cukier w garnku, zagotowałem i gotowałem ok. 5 minut, często mieszając. Następnie przełożyłem sałatkę do słoików, szczelnie zamknąłem. Pasteryzowałem w piekarniku ok. 15 minut w temperaturze 125 stopni C.

