

Indyjski chłodnik ze świeżego ogórka aromatyzowany świeżą miętą



ROBERT_SOWA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

świeżego ogórka	200 g
mięty	10 listków
sok z limonki	1 szt
kefir	250 ml
jogurt naturalny	250 ml
Pieprz czarny mielony Prymat	1 szczypta
sól	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ogórka obrać, przekroić na pół, wydrążyć pestki i pokroić w drobną kosteczkę. Następnie zmiksować ogórka z jogurtem, kefirem oraz sokiem z limonki, doprawić do smaku i wstawić do lodówki. Schłodzoną zupę podawać z listkiem świeżej mięty.