

ΤΣΤΟΝΤΝΙΚ

Chłodnik



Υλικά

0.25 προζύμι από παντζάρια ή προζύμι από αγγουράκια

0.25 ξινή κρέμα

0.5 λίτρου γιαούρτι

1 μέτριο παντζάρι

1 ματσάκι άνιθο

1 ματσάκι σχινόπρασο (θυμίζει το φρέσκο κρεμμυδάκι)

1 αγγουράκι

1 ματσάκι ραπανάκια

1 πρέζα άχνη

αλάτι και πιπέρι

βραστά αυγά για το σερβίρισμα

Εκτέλεση

Για το 'προζύμι' με παντζάρια: αναμιγνύουμε βολβούς από παντζάρια, σκόρδο, ψωμί ολικής και μυρωδικά. Το αφήνουν για να ομοιογενοποιηθεί 5-10 μέρες.

Για το 'προζύμι' με αγγουράκια: αγγουράκια, ρεπάνι, νερό, αλάτι, άνιθο. Επίσης πρέπει να μείνει μερικές μέρες για να χρησιμοποιηθεί. Στην Πολωνία υπάρχουν πλέον έτοιμα στην αγορά και συνήθως τώρα πια καταφεύγουν σ' αυτά.

1. Αναμιγνύουμε τα μίγματα από τα παντζάρια ή από τα αγγουράκια με την ξινή κρέμα και το γιαούρτι. Προσθέτουμε χυμό από παντζάρια (για το χρώμα) αλάτι, πιπέρι και την άχνη.
2. Προσθέτουμε τον άνιθο και ψιλοκομμένο σχινόπρασο (θυμίζει τα φρέσκα κρεμμυδάκια). Επίσης προσθέτουμε το αγγουράκι (σε κύβους) και τα ραπανάκια.

3. Αφήνουμε στο ψυγείο για 2-3 ώρες, Σερβίρουμε σε μπολ όπου γαρνίρουμε σε αυγά βραστά.

Σημείωση

Η σούπα αυτή αποτελεί παραδοσιακό πιάτο της Πολωνικής και της Λιθουανικής κουζίνας. Σερβίρεται κρύα και είναι πλούσια σε βιταμίνες, αφήνει ωραία επίγευση και είναι πολύ δροσιστική. Υπάρχει και σε παραλλαγές αλλά η συγκεκριμένη βρίσκεται σε όλους τους οδηγούς μαγειρικής της Πολωνικής κουζίνας.