

Chłodnik



Składniki

0,25 l zakwasu buraczanego lub zakwasu z ogórków małosolnych

0,25 l śmietany

0,5 l jogurtu

1 średni burak

1 pęczek koperku

1 pęczek szczypiorku

1 ogórek

1 pęczek rzodkiewki czerwonej

1 szczypta cukru pudru

sól, pieprz

można dodać: jajka na twardo

Przygotowanie

1. Połączyć 0,25 l zakwasu z buraków i ogórków z 0,25 l śmietany i 0,5 l jogurtu.

2. Czas na zupę. Potrzebujemy trochę świeżego soku z buraków. Prawdopodobnie nie można go kupić w sklepie spożywczym. Można go przygotować za pomocą sokowirówki.

3. Dodaj trochę soli do smaku i nie zapomnij dodać szczyptę sproszkowanego cukru. Zupa powinna być delikatnie, ale stanowczo kwaśna.

4. Warzywa: Dodać duży pęczek drobno posiekanego koperku i mały pęczek drobno posiekanego szczypiorku.

5. Obrać jeden świeży, zielony ogórek i pokroić go. Kilka czerwonych rzodkiewek pokroić w plastry. Zarówno pokrojony w kostkę ogórek i plastry rzodkiewka są kolejnym koniecznym uzupełnieniem Chłodnik.

6. Chłodnik należy pozostawić "aby dojrzał" w chłodnym miejscu na 2-3 godziny (umieścić go w lodówce).

7. Gdy wszystko jest gotowe, podać Chłodnik w miseczkach z jajko na twardo pokrojonym w ćwiartki. Zarówno jaja i Chłodnik powinny być zimne.

Notes

Chłodnik, znany również jako zimny barszcz, to tradycyjna zupa z kuchni polskiej i litewskiej. Chłodnik jest bogaty w witaminy, ma przyjemny kwaśny posmak i jest bardzo odświeżający. Istnieją dwa-trzy podstawowe rodzaje Chłodnik w polskiej kuchni.