

*SPRAWDZONY PRZEPIS NA*

# **EKSPRESOWY CHŁODNIK**

- 3/4 litra jogurtu naturalnego kefiru
  - 1 szklanka śmietany (12-18%)
- 6 łyżek gotowego koncentratu barszczu z buraków
  - 2 długie ogórki
  - pęczek szczypiorku
  - pęczek koperku
  - pęczek rzodkiewki
    - sól
- świeżo zmielony czarny pieprz

do podania:

- 8 jajek ugotowanych na twardo i pokrojonych na ćwiartki

Ogórki obierz, przekrój wzdłuż na połówki, łyżeczką usuń nasiona, następnie pokrój na drobną kostkę. Szczypiorek oraz koperek drobno posiekaj.

Po dwie łyżki koperku i szczypiorku odłóż do dekoracji.

Rzodkiewki pokrój na drobną kostkę.

Do miski z warzywami i ziołami wlej jogurt lub kefir i śmietanę, dodaj koncentrat. Wymieszaj, dopraw solą i pieprzem, jeszcze raz wymieszaj.

Jajka pokrój na ćwiartki.

Do miseczek wkładaj kawałki jajek, wlej chłodnik. Udekoruj kawałkiem jajka oraz koperkiem i szczypiorkiem.

*SMACZNEGO!*