
SAŁATKA Z JARMUŻU

Dodano: 2010-01-01 17:16:04

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1812 razy.

50 dag jarmużu

sól

1/2 szklanki jogurtu

sok cytrynowy lub zaprawa cytrynowa,

1 łyżka sosu sojowego

2 ząbki czosnku

sól

pieprz

Liście jarmużu oberwać z szypułek, umyć, osączyć, włożyć do niewielkiej ilości wrzącej, osolonej wody. Gotować w odkrytym rondlu przez ok. 5 min. Starannie odcedzić, rozłożyć liście, oddzielając widelcem na półmisku i pozostawić do ostygnięcia. Czosnek obrać, opłukać, przecisnąć przez prasę, wymieszać z jogurtem. Przyprawić sos do smaku sokiem cytrynowym, solą i pieprzem. Połączyć nim jarmuż. Podawać do potraw z jajek lub mięsa.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD