
Chłodnik bułgarski

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3470 razy.

1,5 l zsiadłego albo mleka albo jogurtu i kefiru

2 łyżki oliwy albo oleju (najlepiej pół na pół słonecznikowego)

6-8 orzechów włoskich

2 małe świeże ogórki (dowolnie)

2 ząbki czosnku

200 ml śmietanki

garść koperku (dowolnie)

Ogórki obrać, przekroić wzdłuż na pół, łyżeczką usunąć miąższ z pestkami, pokroić w półplasterki. W wazie utrzeć czosnek z solą, dodać oliwę, dobrze zmieszać, dodać łyżkę przegotowanej wody, zmieszać trzepaczką, dodać zsiadłe mleko lub jogurt i kefir (ewentualnie śmietankę czy orzechy - sparzone, obrane ze skórek i posiekane), roztrzepać, dodać pieprz i koperek. Wstawić do lodówki.

Wszystkie należy przygotować kilka godzin przed podaniem, żeby miały czas się "przegryźć"

Przepisy na cztery osoby