

Chłodnik na botwinie z ogórkiem i rzodkiewką

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [mimochodem55](#), dnia 28 Grudnia 2012r. o 17:48

Tagi: [chłodnik](#), [lato](#), [botwinka](#), [buraczki](#)

Rodzaj dania: [dania jarskie](#) [napoje zimne](#) [warzywa zupy](#)

Rodzaj kuchni: [polska](#)

Region pochodzenia: [cała Polska](#)

Rodzaj mięsa: [danie bezmięsne](#)

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
botwinka	1	pęczek	warzywa
koper świeży	1	pęczek	przyprawy i zioła
szczypior świeży	1	pęczek	przyprawy i zioła
jogurt naturalny 0%	800	ml	nabiał
ogórek świeży	1	szt.	warzywa
rzodkiewka	1	pęczek	warzywa
ocet jabłkowy	2	łyżka	płyny i sosy
woda	do gotowania	ml	płyny i sosy
sól	do smaku	szczypta	przyprawy i zioła
pieprz biały mielony	0,5	łyżeczka	przyprawy i zioła

Opis

1. Botwinę dokładnie myjemy, odcinamy małe buraczki, obieramy. Buraczki i łodyżki siekamy w drobną kostkę, wysypujemy do rondla, zalewamy wodą (aby pokryła warzywo) i gotujemy około 15 minut.
2. W międzyczasie siekamy drobno umytą rzodkiewkę i obrany długi ogórek.
3. Po ugotowaniu i ostudzeniu botwinki, wraz z wodą przelewamy do malaksiera, dodajemy ogórek i rzodkiewkę, miksujemy. Dolewamy jogurt.
3. Na koniec dodajemy posiekany koper i szczypiorek (już bez miksowania). Doprawiamy solą i pieprzem białym mielonym. Odstawiamy do schłodzenia do lodówki.



Dla ilu osób: 4
 Danie dietetyczne: tak
 Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania
 Czas przygotowywania: 0godz. 20min.
 Cana:
 Liczba kalorii: