Холодник с огурцами, редисом и черемшой

Автор: Мухаббат
05.06.2013 10:36 -



Холодник - это летний холодный суп на кефире, простокваше или сметане, разведённой водой, с овощами и яйцом. Вариаций многое множество и я предлагаю приготовить этот вариант, напоминающий в какой-то мере окрошку, но более лёгкий во вкусовом восприятии. Попробуйте, и гастрономический восторг вам будет обеспечен. А его эстетичный вид также явно покорит вас, и по сему, я уверена в том, что он будет частым гостем в вашем летнем рационе.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

на 2 порции:

2 шт. свежих огурца

4-8 шт. редисок (в зависимости от размера)

полпучка черемши

полпучка зелёного лука

пучок укропа

500 мл. кефира

соль

молотый чёрный перец

2 перепелиных яйца или 1 куриное

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Яйца отварить вкрутую (положить в кастрюлю с холодной водой, поставить на огонь, дать воде закипеть и варить после закипания пару минут перепелиные яйца и минут 5 куриное), охладить и очистить.

Огурцы и редиску вымыть и отрезать хвостики. Натереть на крупной тёрке.

Укроп, зелёный лук и черемшу перебрать и вымыть под проточной водой. Обсушить бумажным полотенцем. Всю зелень мелко порезать.

Смешать редиску, огурцы и зелень, слегка посолить. Оставить минут на 5. Затем отложить небольшую часть смеси для украшения.

Кефир посолить и поперчить по вкусу.

На сервировочные тарелки сначала выложить смесь из огурцов, редиски и зелени, сверху полить кефиром. Украсить оставшейся частью смеси и в середину выложить по перепелиному яйцу, предварительно разрезав напополам.



{jcomments on}