

Холодный летний суп со свеклой на кефире



Ингредиенты

кефир 500 мл
редис 5 шт.
свекла 1 шт.
огурцы 1 шт.
яйца 1 шт.
листья салата 1 пучок
укроп 1 пучок
соль

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1 Отварить свеклу, остудить, снять кожуру, 1/2 свеклы порезать на маленькие кубики. Положить в салатник. Порезать на маленькие кубики огурец. Положить к свекле. Порезать соломкой редис. Положить к овощам.

2 Порвать руками салатные листья (можно мелко порезать), измельчить укроп, салатные листья и 1/2 укропа положить к предварительно подготовленным овощам. Размешать. Крупно порезать остальную свеклу.

3 К свекле влить кефир, добавить остальной укроп, посыпать солью. Взбивать миксером, пока не получится однородная смесь. Отварить яйцо, охладить, разрезать на две части.

4 Налить на тарелки свекольно-кефирную заправку, положить перемешанные овощи. В качестве украшения летнего супа можно использовать веточку зелени и половинки яйца.