Krem buraczkowy z amarantusem na zimno – chłodnik

Dorota Rozbicka

Polecane na: **danie główne, jednogarnkowe, zupa**

Kuchnia (region): **arabska, arabska, polska**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- buraki - 0,5 kg
- ziemniaki - 0,5 kg
- amarantus - 2 łyżka
- cebula - 2 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- ziele angielskie - 10 szt.
- liście laurowe - 2 szt.
- sól - - do smaku
- pieprz - - do smaku
- masło - 2 łyżeczka
- ocet balsamiczny - 2 łyżeczka
- jogurt grecki - 300 g
- olej z czarnuszki - 2 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Najpierw warzywa obieramy, myjemy, kroimy w kawałki. Następnie w garnku rozgrzewamy masło (ok. 2 łyżki), wrzucamy do garnka posiekaną cebulę i szklimy ją na niedużym ogniu.

KROK 2: Potem do cebuli wrzucamy ziemniaki, buraki, czosnek, amarantus.
Zaraz potem zalewamy wszystko wodą (tylko tyle by przykryła warzywa). Dodajemy przyprawy. Następnie gotujemy ok. 15 – 20 min tylko tyle aż warzywa zaczną mięknąć.

KROK 3: Potem wyjmujemy liście laurowe i ziele angielskie, a całą zupę przelewamy do blendera. Zupę studzimy. Potem miksujemy na gładki

krem z jogurtem greckim. Doprawiamy do smaku solą, pieprzem i octem jabłkowym. Studzimy. Krem buraczkowy przelewamy do miseczek, dekorujemy dobry olejem tłoczonym na zimno.