Свекольный салат с йогуртом

Yoğurtlu Pancar Salatası

4 шт. средней свеклы
1 стакан йогурта
3 зубчика чеснока
3 ст.л. оливкового масла
1 ч.л. соли

Свеклу очистить и разрезать на 2 части.
Положить в металический дуршлаг, дуршлаг поставить на кастрюлю с кипящей водой и накрыть крышкой. Варить на пару до готовности.
Йогурт хорошо взбить, чеснок измельчить.
Свеклу потереть на крупной терке. В йогурт добавить чеснок, соль, оливковое масло и свеклу, перемешать, выложить на блюдо.

Овощи приготовленые на пару не теряют витаминов.

© ml.md (русский) рецепт #: 1674 | название рецепта: Свекольный салат с йогуртом | история: 26.04.2024 - 17:56