

# Chłodnik z ogórkami



## Składniki

1 kg - ogórki gruntowe  
1 l - maślanka  
1 szt. - opakowanie jogurtu greckiego  
2 szt. - ząbki czosnku  
1 szt. - pęczek rzodkiewki  
1 szt. - garść koperku  
1 szt. - sok z połowy cytryny  
1 łyżka - prażone płatki migdałów  
1 szczypta - sól  
1 szczypta - pieprz

## Opis wykonania

Idealna zupa na obecne upały. Dobrze czasem jest zjeść coś innego, niż chłodnik z botwinki :).

Ogórki dokładnie myjemy, obieramy i kroimy w kostkę. Posypujemy odrobiną soli, żeby ogórki puściły wodę, odstawiamy. Po ok 15 minutach odcedzamy, nie wylewamy wody po ogórkach, przyda się do uzyskania poprawnej konsystencji zupy. Bo blendera wlewamy maślankę (lub kefir), dorzucamy ogórki i ząbki czosnku. Miksujemy. Przelewamy do garnka, dodajemy jogurt grecki, sok z cytryny, sól, świeżo mielony pieprz i wcześniej utartą na grubych oczkach, umytą rzodkiewkę, dokładnie mieszamy. Możemy dolać drobinę wody z ogórków, jeżeli zupa jest za gęsta. Dorzucamy koperek. Zupę wkładamy do lodówki, przynajmniej 2 godziny przed podaniem, składniki super się połączą, zupa się przegryzie. Ja zaserwowałam zupę z prażonymi migdałami.