

# Salata de sfecla cu iaurt



Salata de sfecla cu iaurt e taare buna si aromatizata, si un pic mai altfel decat salata obisnuita de sfecla rosie cu hrean. Mai satioasa, adica ☐

Ingrediente:

- 4 sfecle rosii
- 10 cartofi mai mici
- 1 lingura hrean ras in otet
- 200 ml iaurt
- 1 legatura ceapa verde sau marar (optional)
- sare si piper dupa gust

Mod de preparare:

Se spala sfecla si cartofii, se freaca usor coaja cu o perie, se fierb in vase separate, in apa cu sare.

Apoi, se curata de coaja, se taie rondela si se aseaza intr-o salatiara mai mare. Cartofii, fierbinti inca, se sareaza si se amesteca bine. In felul asta vor fi mult mai gustosi!

Eu am „imbracat” bolul cu rondela de sfecla, am presarat putin hrean si am adaugat felii de cartof (combinatiile pot fi diverse) Iaurtul se aromatizeaza cu hreanul ramas, cu marar sau inele de ceapa verde; se sareaza, se pipereaza dupa gust si se serveste peste cartofi, cum am facut eu, sau separat in cescuta, langa salata.



*Laura Sava*



*Laura Sava*

Aceasta salata se potriveste cu peste afumat, prajit sau sunca. Sau cu orice altceva va place voua!  
Inimioarele de sfecla sunt optionale! ☐



*Laura Sava*

Sfat: lasati salata sa se „odihneasca” cca. 30 de minute inainte de a o servi, va fi si mai gustoasa!