



« سالاد خیار

چی لازم داریم؟

خیار متوسط سه عدد

پیاز بنفش رنگ متوسط یک عدد

ماست چکیده نصف لیوان

شوید تازه به میزان دلخواه

نمک، فلفل و آب لیمو به میزان لازم



هوا که گرم می شود، سروکله‌ی سالادهای تابستانی هم سر سفره پیدا می شود. توی این فصل، سالاد یکی از خوردنی‌هایی است که خیلی می چسبد! امروز می خواهیم با هم یک سالاد خوش رنگ درست کنیم.

خیارها را به شکل حلقه‌ای خرد می کنیم. بعد، پیاز را هم به شکل ورقه های باریک می بریم و به خیار اضافه می کنیم. در یک ظرف، نصف لیوان ماست را با نمک، فلفل و آب لیمو مخلوط می کنیم و خوب هم می زنیم. سس آماده شده را به خیار و پیاز اضافه می کنیم. شوید تازه را هم خرد و به مواد اضافه می کنیم. اگر شوید تازه نداشته باشیم، می توانیم از شوید خشک استفاده کنیم. مواد را خوب مخلوط می کنیم تا سس به شکل یکدست با همه‌ی مواد مخلوط شود. در این سالاد از پیاز بنفش استفاده می کنیم چون با رنگ سبز خیار، سالاد را خوش رنگ می کند. این سالاد خوش رنگ و خوش طعم را حتما امتحان کنید!

