

Σαλάτα με παντζάρι και καρύδια

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



ΥΛΙΚΑ

- Για τη σαλάτα
 - 450 γρ. παντζάρι βρασμένο, κομμένο σε μικρά καρέ
 - 20 γρ. ελαιόλαδο
 - 40 γρ. βινεγκρέτ παντζάρι
 - 50 γρ. κρεμμύδι τουρσί
 - 20 γρ. καρύδια
 - 5 γρ. δυόσμο
- Για το κρεμμύδι τουρσί
 - 300 γρ. κρεμμύδι κοκκάρι ή εσαλότ ολόκληρα, καθαρισμένα
 - 300 γρ. νερό
 - 150 γρ. ξύδι λευκό
 - 150 γρ. ζάχαρη
 - 30 γρ. αλάτι

ΓΙΑ 2 ΜΕΡΙΔΕΣ

45 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη σαλάτα Τοποθετούμε όλα τα υλικά σε ένα μπολ και ανακατεύουμε καλά!

Για το κρεμμύδι τουρσί Σε μια κατσαρόλα τοποθετούμε όλα τα υλικά εκτός από τα κρεμμύδια.

Φέρνουμε σε σημείο βρασμού και αφήνουμε για 2-3 λεπτά να βράσει, έτσι ώστε να λιώσουν η ζάχαρη και το αλάτι.

Αποσύρουμε από την φωτιά και ρίχνουμε στο ζεστό ζουμί τα κρεμμύδια και αφήνουμε να κρυώσουν.

Φυλάμε στο ψυγείο τα κρεμμύδια, μέσα στο ζουμί τους.

Πηγή : yiannislucacos.gr