Грибной салатик

На 100 грамм:
Калорийность: **86,57 ккал.**
Белки: **7,87 г.**
Жиры: **3,53 г.**
Углеводы: **6,29 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/gribnoj-salatik/

Ингредиенты:
- грибы - 500 г (у нас шампиньоны)
- сыр - 150 г
- кукуруза - 1 банка
- лук - 1 шт
- натуральный йогурт - 30 мл

Приготовление:
Лук обжариваем на масле до золотистого цвета. Когда лук подрумянится добавляем шампиньоны предварительно измельчив. Жарим до готовности 5-10 минут. К теплым грибам добавляем тертый сыр. Грибы должны быть теплые для того что бы наш сыр как следует расплавился. Добавляем кукурузу и йогурт. Хорошенько перемешиваем, даем настояться и подаем к столу.