

Лёгкий салат «оливье»



На 100 грамм:
Калорийность: **84,62 ккал.**
Белки: **11,98 г.**
Жиры: **3,11 г.**
Углеводы: **1,3 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/legkij-salat-olive/>

Ингредиенты:

- куриное филе отварное - 250 г
- яйца - 3 шт
- огурец свежий - 150 г
- огурец маринованный - 100 г
- натуральный йогурт - 2 ст. л

Приготовление:

Яйца сварите вкрутую, затем охладите в воде.

Куриное филе нарежьте кубиками. Маринованные огурцы нарежьте такими же кубиками.

Свежий огурец нарежьте и соедините с другими ингредиентами. Охлажденные яйца порубите кубиком.

Заправьте ингредиенты йогуртом, перемешайте. Салат с курицей и огурцами готов.