

# Лёгкий салат с креветками



На 100 грамм:  
Калорийность: **62,83 ккал.**  
Белки: **7,09 г.**  
Жиры: **1,74 г.**  
Углеводы: **4,64 г.**

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

## Ингредиенты:

- 200 г креветок
- 1 яблоко
- 2 помидора
- 100 г натурального йогурта
- оливковое масло
- 1 чайная ложка горчицы
- сок одного лимона

## Приготовление:

Креветки отварите, дайте остыть, очистите и обильно сбрызните лимонным соком. Яблоко и помидоры порежьте крупными кубиками, посолите, поперчите. Смешайте йогурт и горчицу, заправь салат.