

Легкий салат с запеченным картофелем



На 100 грамм:
Калорийность: **51.09 ккал.**
Белки: **2.15 г.**
Жиры: **0.51 г.**
Углеводы: **10.03 г.**

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

Ингредиенты:

- картофель молодой - 500 г
- перья зеленого лука - 100 г
- зеленый болгарский перец - 1 штука
- укроп - 0,5 пучка
- дижонская горчица - 2 чайные ложки
- уксус винный - 1 чайная ложка
- сметана - 1 чайная ложка
- соль, перец - по вкусу

Приготовление:

Картофель помойте, обсушите и порежьте. Разогрейте духовой шкаф и застелите противень пергаментной бумагой.

На бумагу выложите порезанный картофель и отправьте его в духовку на 15 минут.

Переверните картофель и запекайте еще 10 минут.

Пока картофель в духовке, приготовьте салатную заправку, смешав горчицу, уксус, сметану и специи.

Готовый картофель необходимо остудить. Нарежьте перец, укроп и зеленый лук. Смешайте запеченный картофель с луковой смесью и заправьте салатным соусом. Салат станет отличным дополнением к мясу или рыбе.