

Несложные салатики на каждый день



Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/neslozhnye-salatiki-na-kazhdyj-den/>

Итак, очень простые и очень вкусные салаты!

Салат "Поющие в терновнике"

1. Упаковку помидорок черри нарезаем половинками.
 2. Листья салата нарезаем средними полосочками.
 3. Луковицу режем полукольцами.
 4. На крупной терке натираем немного, любого сыра.
- Солим и заправляем маслом или майонезом (по вкусу).

Салат "Черри Чиз"

1. Помидоры Черри режем на 4 части.
2. На крупной терке трем сыр.
3. Мелко режем зеленый лук.

4. На четыре части нарезаем маслины.
5. Заправляем майонезом и солим по вкусу.

Салат из мидий "Утонченность"

Время, проведенное на кухне : 20 минут.
Салат получается очень вкусным и оригинальным.

1. Половину упаковки мяса мидий отварить в подсоленной воде (около 15 минут)
2. Отварить пол стаканчика риса.
3. Консервированный ананас порезать небольшими кубиками. (Около половины большой банки)
4. Среднюю луковицу порезать мелкими кубиками.
5. Натереть на маленькой терке 3 головки чеснока.
6. Готовые мидии мелко порезать.
7. Смешать мидии, вареный рис, ананасы, репчатый лук и чеснок.
8. Мелко порезать петрушку.
9. Заправить майонезом и подать на стол!

Крабовый салат "Салют !"

1. В миску для салата нарезаем 2 (двойные) упаковки крабовых палочек. Нарезаем не слишком мелко, в идеале - палочку один раз вдоль и потом поперек. Получатся кубики небольшие.
2. К палочкам такими же небольшими кубиками нарезаем свежие огурцы. (По вкусу, но лично я нарезаю 2 больших).
3. Добавляем полноценную (не крошечную) баночку кукурузы. Предпочитаю Хаинц, с ней никогда не прогадаешь.
4. Парочку сладких, болгарских перчиков, так же нарезаем небольшими кубиками.
5. На мелкой терке, трем один-два зубчика чеснока.
6. Заправляем салат майонезом и солим по вкусу. Можно украсить зеленью.

Салат "Красная Армия"

1. Помидорки Черри нарезаем на 4 части. (Приблизительно 1 упаковку)
2. На маленькой терке, трем кусочек любого сыра и 4-5 зубчиков чеснока (на ваш вкус)
3. Мелко нарезаем свежую петрушку.
4. Заправляем салат майонезом и солим.

Крабовый салат "Лямур-Тужур"

Время, проведенное на кухне: 20 минут.
Это очень нежный салатик.

1. Нарезаем две упаковки крабовых палочек. Режем их не так мелко как мы привыкли, а чуть крупнее-кубиками.
 2. Маленькую упаковку помидорок черри, так же нарезаем кубиками.
 3. На мелкой терке, трем кусочек любого сыра и пару зубчиков чеснока (на ваш вкус).
 4. Кладем в салат баночку кукурузы.
 5. Заправляем майонезом и украшаем зеленью.
- Можно добавить в салат Болгарский перец.

Салат "Скумбрик"

Время, проведенное на кухне: 15 минут.

1. Мелко нарезаем баночку скумбрии (консервы)
2. Мелко режем 1-2 огурчика
3. На мелкой терке, трем 1-2 головки чеснока
4. Мелко шинкуем репчатый лук
5. Солим и заправляем майонезом.

Картофельный салат "Милашка"

Время, проведенное на кухне: 30 минут.

1. Варим несколько картофелин и режем их кубиками.
2. Мелко нарезаем вареное куриное филе.
3. Кубиками режем свежий огурец (можно малосольный)
4. Мелко режем репчатый лук.
5. На маленькой терке, трем 1-2 головки чеснока.
6. Солим и заправляем майонезом. Украшаем зеленью.