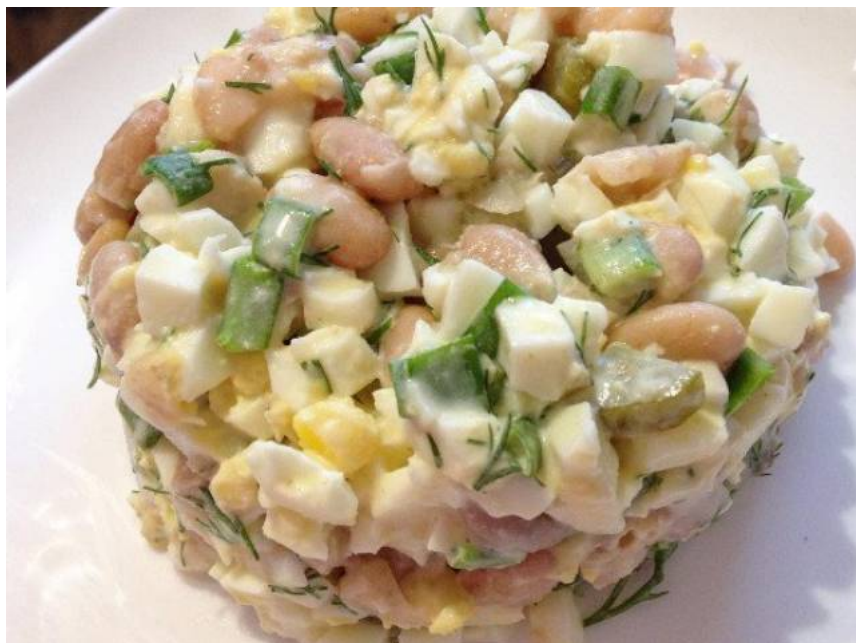


Очень вкусный и простой салат из фасоли



На 100 грамм:
Калорийность: **87 ккал.**
Белки: **5,9 г.**
Жиры: **3,3 г.**
Углеводы: **8,5 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/ochen-vkusnyj-i-prostoj-salat-iz-fasoli/>

Ингредиенты:

- половина банки консервированной фасоли (смотрите, чтобы в составе были только фасоль, вода и соль)
- 3 вареных белка, 2 желтка
- соленый огурчик
- зелень, лук по 30 г

для заправки:

- сметана 2 ст л + горчица 1 ч л

Приготовление:

Все ингредиенты соединить и заправить.