

# Печёночный салат



На 100 грамм:  
Калорийность: **167,83 ккал.**  
Белки: **7,96 г.**  
Жиры: **13,11 г.**  
Углеводы: **4,53 г.**

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

## Ингредиенты:

- 300 граммов корейской морковки
- 400 граммов куриной печени
- два маринованных огурчика
- 100 граммов маринованных грибов
- одна луковица
- 150 граммов майонеза

## Приготовление:

Для начала, нам нужно очистить куриную печень, вымыть и отварить в подсоленной воде до готовности 20-30 минут. Отваренной печени нужно дать стечь и остыть.

Затем, очищенный и помытый лук нарезать соломкой и обжарить, чтобы получился золотистого цвета.

Маринованные огурцы также необходимо нарезать соломкой, а грибы выложить в сито и дать им стечь.

Теперь, когда наша печень остыла, нам нужно аккуратно нарезать её соломкой.

Далее, все приготовленные для салата продукты объединить, хорошенько перемешать, если нужно добавить соли, то посолить и перемешать в достаточном количестве майонеза.

Теперь наш печёночный салат готов!