

Рулетики с семгой и сыром филадельфия



На 100 грамм:
Калорийность: **217,18 ккал.**
Белки: **15,6 г.**
Жиры: **7,27 г.**
Углеводы: **7,27 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/ruletiki-s-semgoj-i-syrom-filadelfiya/>

Ингредиенты:

- лаваш армянский 2 штуки
- сыр филадельфия 150 г
- семга слабосоленая 200 г
- салат зеленый 1 штука

Приготовление:

Лаваш смазать сыром филадельфия, сверху уложить листья салата.
Затем нарезанную тонкими кусочками по 0,5 см семгу завернуть в рулет.
Нарезать на порционные куски.