

Салат из капусты с сыром



На 100 грамм:
Калорийность: **67.78 ккал.**
Белки: **5.44 г.**
Жиры: **2.97 г.**
Углеводы: **4.82 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-iz-kapusty-s-syrom/>

Ингредиенты:

- капуста белокочанная - 250 грамм
- чеснок - 10 грамм
- сметана 15% - 15 грамм
- сыр ольтермани - 40 грамм

Приготовление:

Капусту нашинковать длинными тонкими полосками, сыр натереть на крупной терке, чеснок мелко порезать или подавить. Заправить сметаной и перемешать, можно добавить пряные травы.