Салат из рукколы с печенью и яйцами

На 100 грамм:
Калорийность: **123,81 ккал.**
Белки: **3,32 г.**
Жиры: **3,63 г.**
Углеводы: **20,65 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-iz-rukkoly-s-pechenyu-i-yajcami/

Ингредиенты:
- печень– 100 гр
- огурец свежий 1 шт
- лук красный 1/2 шт
- руккола 1 пучок
- 1 помидор
- 2 перепелиных яйца

Заправка:
мёд 1 ч.л
горчица в зёрнах 1 ч.л
бальзамический уксус 1 ч.л
соевый соус 1 ч.л

Приготовление:
Делаем заправку:смешать мёд с горчицей. Добавить бальзамический уксус и соевый соус. Всё хорошо перемешать.
На тарелку выложить рукколу, кружочки огурца, дольки помидоров и тонко порезанный лук.Сверху выложить кусочки печени и полить заправкой.