

Салат «неженка»



На 100 грамм:
Калорийность: **153.02 ккал.**
Белки: **10.11 г.**
Жиры: **11.79 г.**
Углеводы: **1.5 г.**

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

Ингредиенты:

- 400 г. ветчины
- 4 свежих огурца
- 180 г. сыра
- 3 вареных яйца
- 1 большой зубчик чеснока
- соль
- майонез

Приготовление:

Режем ветчину и огурцы соломкой.

Яйца и сыр трем на терке.

Добавляем раздавленный чеснок, солим и заправляем майонезом.