

Салат с куриным филе и сельдереем



На 100 грамм:
Калорийность: **88,37 ккал.**
Белки: **12,6 г.**
Жиры: **2,22 г.**
Углеводы: **3,61 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-s-kuriny-m-file-i-seldereem/>

Ингредиенты:

- куриное филе - 250 г
- яблоки - 1 шт
- сельдерей - 70 г
- сыр - 50 г
- зелень - 10 г
- натуральный йогурт - 3 ст. л
- соль - по вкусу

Приготовление:

Грудку отвариваем до готовности, охлаждаем. Режем на маленькие кусочки. Яблоко режем на кубики. Сельдерей режем на кубики. Сыр натираем на мелкой терке. Мелко режем зелень. Все смешиваем. Заправляем салат.