

Салат с редиской и яйцом



На 100 грамм:
Калорийность: **36,61 ккал.**
Белки: **2,41 г.**
Жиры: **1,87 г.**
Углеводы: **2,69 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-s-rediskoj-i-yajcom/>

Ингредиенты:

- редиска свежая 200 грамм
- огурцы 2 штуки
- яйца 2 штуки
- листья салата 4-5 штук
- лук зеленый 3 штуки
- укроп свежий - по вкусу
- соль - по вкусу
- сметана - по вкусу

Приготовление:

Подготовьте ингредиенты. Яйца отварите вкрутую, зелень и овощи хорошенько промойте.

Крупно нарезаем листья салата, кладем в салатницу.

Редис очищаем от корней и стеблей, нарезаем на тонкие колечки и добавляем к салату.

Добавляем крупно нарезанные яйца.

Огурцы очищаем от кожуры, нарезаем на тонкие колечки и тоже добавляем в салат.

Добавляем мелко нарезанный укроп и зеленый лук, солим по вкусу.

Заправляем салат. Я заправляла сметаной. Хорошенько перемешиваем.

Салат из редиски с яйцом готов. Подаем немедленно.