

Салат с семгой



На 100 грамм:
Калорийность: **99.89 ккал.**
Белки: **9.53 г.**
Жиры: **6.2 г.**
Углеводы: **1.54 г.**

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

Ингредиенты:

- слабосоленая семга - 250 г
- огурец - 3 шт
- яйцо вареное - 4 шт
- зелень
- сметана

Приготовление:

Нарезать семгу, яйца, огурцы кубиками.
Заправить нежирной сметаной. Посыпать зеленью.