

Салат с тунцом и стручковой фасолью



На 100 грамм:
Калорийность: **96.89 ккал.**
Белки: **11.27 г.**
Жиры: **5 г.**
Углеводы: **1.57 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-s-tuncom-i-struchkovoij-fasolyu/>

Ингредиенты:

- 200 г консервированного тунца
- 200 г стручковой фасоли
- 8-10 перепелиных яиц
- зелень по вкусу
- соль
- перец
- растительное масло

Приготовление:

Фасоль опустить в горячую воду, варить 10 минут.
Зелень мелко покрошить.
Перепелиные яйца разрезать на 2 части.
Смешать фасоль, тунец, зелень. Немного посолить, поперчить.
Заправить растительным маслом.
При подаче украсить половинками перепелиных яиц и зеленью.