Салат «солнечный»

На 100 грамм:
Калорийность: **100.08 ккал.**
Белки: **5.64 г.**
Жиры: **5.2 г.**
Углеводы: **6.87 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-solnechnyj/

Ингредиенты:
- 3-4 яйца
- 2-3 столовые ложки молока
- 1 копченный куриный окорочок
- 1 луковица
- 1 банка кукурузы
- сметана

Приготовление:
Лук порезать полукольцами, замариновать с укусом. Из сырых яиц и молока напечь тоненьких блинчиков.
Остудить, порезать соломкой.
Окорочок порезать соломкой, добавить кукурузу, посолить, заправить сметаной.