Салат виноградная гроздь

На 100 грамм:
Калорийность: **122,74 ккал.**
Белки: **9,33 г.**
Жиры: **6,4 г.**
Углеводы: **6,93 г.**

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

Ингредиенты:
- отварная куриная грудка 300 г
- вареные яйца 3 шт
- зеленые яблоки 2 шт
- твердый сыр 100 г
- кедровые орехи 50 г
- виноград без косточек 300 г
- сметана 200 г
- листья салата
- зелень
- соль по вкусу

Приготовление:
Мясо курицы нарезать кубиками, яйца натереть на крупной терке. Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину, мякоть нарезать кубиками. Ягоды винограда разрезать вдоль пополам, сыр натереть на крупной терке.
Выкладывать салат на листья свежего салата на круглом блюде. Слои промазать небольшим количеством сметаны.
1 слой - куриное мясо,
2 слой - яйца,
3 слой - яблоки,
4 слой - орехи,
5 слой - сыр.
Последний слой хорошо промазать сметаной. Украсить салат ягодами винограда.