Салат «Здоровье»

На 100 грамм:
Калорийность: **35.32 ккал.**
Белки: **1.44 г.**
Жиры: **0.76 г.**
Углеводы: **5.62 г.**

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

Ингредиенты:
- 2 свежих огурца
- 2 сырых моркови
- 2 яблока
- 100 г зеленого салата
- 1/2 стакана натур йогурта
- 1/4 лимона (лимоны бывают разные,ориентируйтесь по вкусу)

Приготовление:
Обмытые свежие огурцы, сырую морковь и яблоки нарезать тонкой соломкой, а листики салата на 3-4 части каждый.

2. Все это перемешать и заправить йогуртом, добавив лимонный сок, соль. Сверху салат украсить помидорами