# Салат Золотая рыбка

На 100 грамм:
Калорийность: **161.73 ккал.**
Белки: **5.95 г.**
Жиры: **10.31 г.**
Углеводы: **5.02 г.**

*Страница рецепта:* https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-zolotaya-rybka/

**Ингредиенты:**
- горбуша в масле (консервы) - 1 банка
- лук репчатый - 1 шт
- крекеры соленые - 50-60 г
- сыр твердого сорта - 100-150 г
- майонез - по вкусу
- свежий огурец - 2 шт
- куриное яйцо - 3 шт

**Приготовление:**
Луковицу мелко порежьте и обжарьте на растительном масле. Сыр натрите на крупной терке. Из рыбы слейте масло и разомните вилкой. Яйца отварите вкрутую, очистите и натрите на мелкой терке. Огурцы хорошенько промойте и тоже натрите на мелкой терке.
Выкладывайте салат слоями, каждый слой промазывая майонезом:
1-й слой: лук жареный.
2-й слой: половину нормы крекеров.
3-й слой: сыр.
4-й слой: оставшуюся половину крекеров
5-й слой: горбуша.
6-й слой: огурцы.
Слой горбуши можете не покрывать майонезом, а посыпьте его тертым на мелкой терке яйцом. Салату лучше дать пропитаться пару часов.