

## Салатик из говядины



На 100 грамм:  
Калорийность: **125,39 ккал.**  
Белки: **11,28 г.**  
Жиры: **7,96 г.**  
Углеводы: **2 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salatik-iz-govyadiny/>

### Ингредиенты:

- 0,5кг. говядины
- 3-4 свежих помидора
- 2-3 маринованных огурца
- 150гр. сыра
- майонез
- пучок петрушки
- соль, перец

### Приготовление:

Говядину варить в подсоленной воде 1,5-2 часа чтобы была мягкой.

Всё нарезаем кубиками и выкладываем слоями: говядину, соль, перец, майонез, огурцы, сыр, майонез, помидоры, соль, перец, майонез, немного сыра и рубленая петрушка.

Можно, собственно, в любом порядке. Или даже сразу смешать, если есть салат собирается сразу.