

Салаты на обед или ужин



Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salaty-na-obed-ili-uzhin/>

Забирай себе, если надоели банальные сочетания!

Салат 1

Тунец, мягкое вареное яйцо , редис , зеленый лук , сливы помидоры, огурцы, желтый перец и микс салата.

Салат 2

Фасоль, огурец, зеленый лук , сыр фета , сельдерей, яблоко , сливы помидоры, капуста, семена тыквы и обезжиренный творог.

Салат 3

Фета, оливки, огурцы, виноград, помидоры черри , сельдерей, зеленый лук, листья салата, капуста, обезжиренный творог.

Салат 4

3 ломтика ветчины, 1/2 авокадо, редис , помидоры черри, огурец, красный перец, микс салата, зеленый лук, бальзамический уксус.

Салат 5

Фалафель, фета, свекла, огурцы, помидоры, тертая морковь, зеленый лук, красный перец, кресс-салат и микс салата.

Салат 6

40г фета, зеленый лук, сладкий перец, помидоры черри, огурец , сельдерей , фасоль.