

Сборный салат с помидорками и ветчиной



На 100 грамм:
Калорийность: **123.24 ккал.**
Белки: **9.31 г.**
Жиры: **6.85 г.**
Углеводы: **6.31 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/sbornyj-salat-s-pomidorkami-i-vetchinoj/>

Уверен, что аналогичный салат до меня уже кто-нибудь придумывал. И не раз. Теперь моя очередь.)) Посмотрел что есть дома из продуктов и собрал вот такой салатик себе на обед. И уже не в первый раз, кстати. В примечании, в конце рецепта, назову какие я собирал вариации этого салата (ну не делать же новый фоторецепт на каждую вариацию, мне так не интересно).

Ингредиенты:

- помидоры - 300 гр
- ветчина - 200 гр
- зелёный горошек - 1 банка
- сыр - 150 гр
- соль
- майонез

Приготовление:

Помидоры, ветчину - кубиками.
Из горошка слить сок.
Сыр на крупную тёрку.
Посолить, заправить майонезом.

!

Примечания:

* Когда салат именно в таком виде как у меня сейчас, очень вкусно будет добавить чеснок

(чеснокодавкой) и граммов 100 сухариков.

* Вместо горошка можно взять пару небольших огурцов.

* Вместо горошка можно взять консервированную фасоль.

* Если вместо горошка огурцы - то также будет вкусно вместо помидор взять болгарский перец.

* Можно добавить рубленую зелень (лук, укроп, петрушка - по вкусу)

автор Игорь Иванов