

## Слоеный салат «дубок»



На 100 грамм:  
Калорийность: **71 ккал.**  
Белки: **9 г.**  
Жиры: **1 г.**  
Углеводы: **5 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/sloenyj-salat-dubok/>

### Ингредиенты:

- 2 средних отварных картофелины
- 1/2 куриной грудки
- 1 маринованный или соленый огурец
- 1 банка шампиньонов консервированных
- 1 яйцо
- сметана
- укроп

### Приготовление:

Слоями выкладываем на плоском блюде в формочку:

картофель (натереть на тёрке)

майонез

куриное филе (отварить и мелко нарезать)

майонез

маринованный огурец (натереть на тёрке, при необходимости можно заменить солёным )

майонез

шампиньоны (отжать "рассол", мелко нарезать)

майонез

яйцо (натереть на тёрке)

картофель (натереть на тёрке)

майонез

укроп (мелко нарезать)

Оставить на 30 мин. при комнатной температуре (пропитаться).

Затем охладить и подавать.