

Тёплый салат с печенью



На 100 грамм:
Калорийность: **77,92 ккал.**
Белки: **3,34 г.**
Жиры: **1,28 г.**
Углеводы: **13,27 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/teplyj-salat-s-pechenyu/>

Ингредиенты:

- морковь 400 гр
- лук репчатый 1 шт
- фасоль 240 гр
- кукуруза 300 гр
- огурец свежий 1 шт
- сметана 100 гр
- соль, перец, гран. чеснок

Приготовление:

Печень, морковь и лук тушить до готовности, добавив соль и специи. Все ингредиенты смешать и салат готов.