

Вкусный и легкий салат



На 100 грамм:
Калорийность: **46,25 ккал.**
Белки: **2,68 г.**
Жиры: **3,11 г.**
Углеводы: **1,87 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/vkusnyj-i-legkij-salat/>

Ингредиенты:

- шампиньоны - 350 г
- помидоры черри - 150 г
- листья салата (ромен)
- огурец - 1 шт

заправка:

- оливковое масло - 1 столовая ложка
- яблочный уксус - 1/2 чайной ложки
- горчица - 1/2 чайной ложки
- чеснок - 1 зубчик
- тимьян - 1 веточка
- розмарин - 1 веточка
- молотый перец - по вкусу

Приготовление:

Обжарьте шампиньоны и перемешайте их в смеси оливкового масла, уксуса, горчицы, чеснока, тимьяна, розмарина и молотого перца. Остальные овощи вымойте, выложите на тарелку. Сверху положите грибы и взбрызните соусом.