Зеленый салат из огурцов и оливок

На 100 грамм:
Калорийность: **43 ккал.**
Белки: **1 г.**
Жиры: **3 г.**
Углеводы: **3 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/zelenyj-salat-iz-ogurcov-i-olivok/

Ингредиенты:
- огурцы 250 г
- перец сладкий зеленый 1 шт
- оливки без косточки 30 г
- петрушка 10 г
- укроп 10 г
- оливковое масло 5 мл

Приготовление:
Сегодня у нас очень вкусный и в то же время очень простой в приготовлении зеленый бодренький салат. Нарезаем зелёный перец небольшими кусочками и огурцы. Кстати, как оказалось, зелёный перец встречается в продаже не так часто, и, возможно, у вас будет соблазн заменить его, например, красным. Не делайте этого. Красный перец придаст салату излишне сладкие нотки и нарушит зелёную гамму всего этого блюда, придав ему совсем другой эмоциональный окрас.
Несколько консервированных оливок без косточки режем поперёк колечками на 3-4 части каждую.
Берём по веточке петрушки и укропа и тоже нарезаем. Можно положить и больше - в этом салате зелени много не бывает. Затем складываем все нарезанные ингредиенты в салатник, заправляем оливковым маслом и перемешиваем. Салат готов.