

Салат из телятины с маринованными грибами



На 100 грамм:
Калорийность: **80 ккал.**
Белки: **10,8 г.**
Жиры: **2,5 г.**
Углеводы: **3,2 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-iz-telyatiny-s-marinovannymi-gribami/>

Ингредиенты:

- телятина отварная - 300 г
- грибы маринованные - 100 г
- йогурт без добавок - 100 г
- яйца - 2 шт
- огурец соленый, очищенный от шкурки - 100 г
- зеленый горошек - по вкусу
- зелень петрушки - 10 г
- горчица - 5 г
- соль - по вкусу
- перец - по вкусу

Приготовление:

Вареное мясо нарезают мелкими кусочками.

Яйца отваривают вкрутую, остужают, очищают от скорлупы и измельчают.

Огурцы и грибы нарезают соломкой.

Подготовленные ингредиенты соединяют, солят, перчат, заправляют йогуртом, смешанным с горчицей.

Перед подачей на стол, салат украшают зеленью петрушки.