

## Салат «Рог изобилия»



На 100 грамм:  
Калорийность: **209.63 ккал.**  
Белки: **10.05 г.**  
Жиры: **15.86 г.**  
Углеводы: **6.84 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-rog-izobiliya/>

### Ингредиенты:

- окорочка копченые 2 шт
- орехи грецкие 100 г
- яйца 4 шт
- чернослив 50 г
- майонез
- сыр 70 г
- яблоко 1 шт
- луковица 1 шт

### Приготовление:

"Рог изобилия" - это слоеный салат с курицей и черносливом. Для приготовления салата вам необходимо вначале очистить грецкие орехи и поджарить их. Также надо предварительно отварить яйца, после чего их очистить и нарезать небольшими брусочками.

Далее готовим куриные окорочки для салата. Их необходимо очистить от костей и кожицы, после чего нарезать кубиками. Твердый сыр и яблоки натираем на терке. Следующий шаг лук. Его необходимо нарезать мелко, после чего залить горячей водой, чтобы избавиться от горечи. Далее моем чернослив, обсушиваем его и мелко нарезаем. Все продукты для салата «Рог изобилия» готовы. Теперь можно начинать выкладывать блюдо. Согласно нашему оформлению, салат будет в виде рога. Каждый слой необходимо смазывать майонезом, что придаст салату сочности.

Салат собираем в следующем порядке: курица, лук, яйцо, яблоко, сыр, чернослив. После того, как выложим все продукты, блюдо ставим в холодильник. Перед подачей на стол украшаем салат. Для этого необходимо с помощью майонеза сделать ромбовидную сеточку, а в каждый созданный ромбик положить часть ореха. Окончательный результат показан на фото салата. Ну и в окончании, можно украсить салат зеленью, помидорами черри или любыми

другими продуктами, которые поможет использовать ваша фантазия.