

## Куриный салат с авокадо и кинзой



На 100 грамм:  
Калорийность: **134 ккал.**  
Белки: **10,9 г.**  
Жиры: **8,8 г.**  
Углеводы: **3,7 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kurinyj-salat-s-avokado-i-kinzoi/>

### **Ингредиенты:**

- 500 г отварной куриной грудки, нарезать мелко
- 2 средних авокадо, нарезать
- 2 столовых ложки выжатого сока лайма (или лимона)
- соль, по вкусу
- 1/4 ст. мелко нарезанного зеленого лука
- 1/2 ст. мелко нарезанной кинзы
- 2 ст. л. натурального йогурта

### **Приготовление:**

Смешайте все ингредиенты, добавляя их постепенно.