

Мясной салат «мельник»



На 100 грамм:
Калорийность: **148.57 ккал.**
Белки: **7.09 г.**
Жиры: **11.87 г.**
Углеводы: **3.2 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/myasnoj-salat-melnik/>

Ингредиенты:

- грибы маринованные 300 г
- свинина 300 г
- майонез 300 г
- сыр твердый 200 г
- морковь 4 шт
- яйца 4 шт
- огурцы соленые 2 шт

Приготовление:

Морковь с яйцами отвариваем, охлаждаем, очищаем и трем на крупной терке.
Свинину отвариваем в подсоленной воде и режем кусочками.
Грибочки и огурцы мелко нарезаем, натираем сыр.
Слоями выкладываем: грибочки, морковь, посыпаем сыром, огурцы,
Свинину и яйца. Смазываем майонезом и посыпаем натертым отваренным яичным.
Желтком. Выкладываем нарезанное кружочками яйцо и грибочки.