



## Легкий оливье



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 97.3	Белки 14.3	Жиры 4.3	Углеводы 1.2

### Ингредиенты

Куриное филе вареное - 250 граммов  
Огурец маринованный - 100 граммов  
Огурец - 150 граммов  
Йогурт живой - 50 граммов  
Яйцо куриное - 3 штуки

Процент потерь по массе: 0 %

### Описание

Очень просто и вкусно! Быстро можно приготовить

### Инструкция по приготовлению

1. Филе куриное сварить. Яйцо сварить вкрутую
2. Все нарезать и заправить йогуртом. Приятного аппетита

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)