

Винегрет классический с фасолью.

Вам понадобится:

- Свекла – 200 г;
- Морковь – 200 г;
- Фасоль вареная – 100 г;
- Огурчик соленый – 150 г;
- Оливковое или подсолнечное масло – 1ст. ложка;
- Подсолнечное масло – 2 ст. ложки;
- Соль по вкусу;
- Зелень на выбор: петрушка, укроп несколько веточек.

Как готовить:

1. Морковь и свеклу отварить и очистить от кожуры, нарезать небольшими кубиками.
2. Огурец нарезаем на небольшие ломтики или кубики;
3. Зелень шинкуем мелко и добавляем в салатик.
4. Фасоль отварить и промыть кипяченой водой, слить лишнюю жидкость;
5. Все овощи перемешиваем, немного подсаливаем, по желанию перчим.
6. Заправляем салатик оливковым или подсолнечным маслом.

65
ккал/100 г

Важно:

↪ Можно использовать консервированную фасоль, которая продается в любом продуктовом магазине. Но обязательно промойте ее кипяченой водой.

↪ Если вы будете готовить фасоль самостоятельно, тогда замочите бобы на ночь, и они быстрее сварятся.

↪ Такой салатик отлично подойдет для обеда и ужина.

