

Состав:

(на 2 порции)

70г шпината

18-20 помидоров черри

1 огурец

2 яйца

20г орешков кешью

2ч.л. соевого соуса

перец черный молотый

Заправка

оливковое масло

Рецепт салата из шпината с помидорами черри:

Яйца отварить вкрутую. Снять с огня и залить холодной водой (чтобы можно было легко очистить от скорлупы) и остудить. Очистить от скорлупы и нарезать дольками.

Шпинат, помидоры черри и огурец промыть и обсушить.

Шпинат порвать руками, помидоры разрезать пополам, огурец нарезать тонкими колесиками и разрезать пополам.

Орехи кешью обжарить на сковороде и измельчить в блендере.

Все смешать, поперчить, добавить соевый соус и заправить оливковым маслом.

Приятного аппетита!