



**ПОЛЕЗНЫЙ
И ОЧЕНЬ ЛЁГКИЙ!**

СНАЧАЛА
ТЩАТЕЛЬНО
ВЫМОЙ ВСЕ ОВОЩИ
И ЗЕЛЕНЬ.
ОТВАРИ ЯЙЦА.
ПРИГОТОВЬ МИСКУ
ДЛЯ САЛАТА.
ДОСКУ ДЛЯ НАРЕЗКИ
ОВОЩЕЙ И ЯИЦ.



ВЕСЕННИЙ САЛАТ



ИНГРЕДИЕНТЫ

- Пучок редиски (4 шт.)
- Свежие огурчики – 5 шт.
- Свежая зелень – укроп, зелёный лучок
- Отварные яйца – 2 шт.
- Сметана – 3-4 ложки
- Соль на кончике ножа





ГОТОВЛЮ С ПОДРУЖКОЙ



ВОТ И НАСТУПИЛА ВЕСНА!
СОЛНЫШКО, ПЕРВЫЕ ЦВЕТОЧКИ, ПЕРВАЯ ЗЕЛЕНЬ,
ПЕРВЫЕ ВЕСЕННИЕ ВИТАМИНЫ.
УДИВИ МАМУ! ПРИГОТОВЬ С ПОДРУЖКОЙ
ЗЕЛЁНЫЙ ВЕСЕННИЙ САЛАТ.



Ева и Рада



НАЧИНАЕМ

1. Поделите с подружкой, кто и что будет резать.
2. Мелко нарежьте редиску и огурчики, смешайте в миске.
3. Нарежьте яйца, добавьте в миску с овощами.



ГОТОВО!

4. Щедро заправьте вкусной сметаной! Добавьте нарезанный лучок и всё перемешайте.
5. Украсьте салат укропом.
6. К салату можно добавить ломтик свежего бородинского хлеба.

Зовите маму с бабушкой на угощение!
От витаминов они точно
не откажутся!

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!