

## Оладьи из цуккини с малосольным лососем и сметаной

Сложность: **средняя**



В наборе



1 порция

Время  
приготовления



20 минут

Масса нетто



230 гр.



Пищевая ценность  
на 100 гр. продукта

белки 6,9 гр.

жиры 6,1 гр.

углеводы 8,8 гр.

калории 117 Ккал.

Состав набора:



Лосось  
слабосоленный



Сметана



Мука



Яйцо  
куриное



Цукини



Лук  
зеленый



Микс салата

Инвентарь  
для приготовления:

- разделочная доска
- сковорода
- емкость для смешивания
- ложка
- лопатка
- нож
- тёрка
- вилка
- половник

Дополнительные  
ингредиенты:

- соль
- перец черный
- масло растительное



Посмотрите  
видеоинструкцию

[kinzamarket.ru/salat23](http://kinzamarket.ru/salat23)



Поднесите смартфон к QR коду  
уместив весь квадрат кода  
в камеру, произойдет  
считывание кода.



1. Нашинкуйте зеленый лук.



2. В емкость для смешивания натрите на мелкой терке цуккини.



3. Добавьте к натёртому цуккини нашинкованный зеленый лук, яйцо, и муку. Приправьте солью, перцем и тщательно перемешайте, получилось тесто.



4. Возьмите сковороду и на среднем огне разогрейте 3 столовые ложки растительного масла. Разделите визуальное получившееся тесто на 2 части. Полновником выложите одну часть в центр разогретой сковороды. Жарьте первую оладью примерно по 1,5 минуты с каждой стороны до золотистого румянца. Повторите эту операцию для создания второго экземпляра.



5. В центр тарелки положите первую оладью. На нее положите половину приготовленного микс салата, сметаны и слабо-соленого лосося.



6. Накройте все второй оладьей. Выложите сверху второй слой из оставшихся ингредиентов

**Наслаждайтесь!**