


[Home](#) » [Кулінарія](#) » Легкий, хрусткий і ситний: рецепт сезонного салату на кожен день

Легкий, хрусткий і ситний: рецепт сезонного салату на кожен день

 РОМАНЧУК МИКОЛА — 02 Червня 2026, 16:18 ⌚ 1 Min Read — КУЛІНАРІЯ



Салат / © pixabay.com

 Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Молода капуста, свіжий огірок та яйця — просте поєднання, яке чудово підходить для літнього меню. Такий салат можна подавати як окрему закуску або як гарнір до м'ясних, рибних чи овочевих страв.

Для приготування салату знадобляться молода капуста, свіжий огірок, яйця, зелена цибуля, сметана, сіль та чорний мелений перець.

Спочатку яйця потрібно відварити протягом 10 хвилин після закипання води. Після цього їх слід охолодити та очистити від шкаралупи.

Капусту, огірок і зелену цибулю необхідно добре помити та обсушити паперовим рушником.

Молоду капусту дрібно нашаткуйте. Огірок і варені яйця нарежте невеликими однаковими кубиками.

Зелену цибулю дрібно поріжте та додайте до інших інгредієнтів.

У глибокій мисці змішайте капусту, огірок, яйця та цибулю. Посоліть, додайте чорний мелений перець і заправте сметаною.

Після цього салат потрібно ретельно перемішати та одразу подавати до столу.

За бажанням сметану можна замінити майонезом, якщо хочеться більш насиченого смаку.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News



Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: corrections@expert.in.ua

[кулінарія](#) [молода капуста](#) [огірок](#) [рецепт](#) [салат](#)

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКОДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Варикоз? Вени стухають за пару днів! Для цього на ніч...

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКОДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Якщо з'явилися варикозні вени або синюшні вузли, застосуйте це

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКОДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Миттєво знімає біль та запалення суглобів!

recreativ

КАТЕГОРІЇ НОВИН

[Всі новини](#)[Україна](#)[Політика](#)[Економіка](#)[Світ](#)[Стиль життя](#)[Авто](#)[Технології](#)[Суспільство](#)[Здоров'я](#)

ІНФОРМАЦІЯ

[Про проект](#)[Автори](#)[Редакційна політика і стандарти](#)[Політика використання ШІ](#)[Політика конфіденційності](#)[Правила коментування](#)[Контакти](#)

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

editor@expert.in.ua

corrections@expert.in.ua

reklama@expert.in.ua

