



Быстрый борщ



На 1512 г	Калории 308	Белки 28.0	Жиры 5.2	Углеводы 33.6
На 100 г	Калории 20.4	Белки 1.9	Жиры 0.3	Углеводы 2.2

Ингредиенты

Куриный бульон (грудка) - 1000 граммов
Свекла - 100 граммов
Морковь - 100 граммов
Тыква отварная - 100 граммов
Капуста белокачанная - 200 граммов
Лук репка - 10 граммов
Укроп - 2 грамма

Процент потерь по массе: -51.2 %

Описание

Все овощи поместить сразу в кипящий бульон. Варить до готовности капусты.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru