



Кабачок жаренный с чесноком



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 75.4	Белки 1.1	Жиры 5.1	Углеводы 6.2

Ингредиенты

Кабачок - 1100 граммов
Масло растительное - 60 граммов
Мука пшеничная - 60 граммов
Чеснок - 20 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Описание

Кабачок порезать соломкой, муку смешать с солью, соль по вкусу, муку с соль насыпать в полиэтиленовый мешок, добавить часть кабачка, хорошо встряхнуть, и обжарить на сковороде с небольшим количеством растительного масла. Переложить в дуршлаг, дать стечь маслу, затем переложить в кастрюлю и добавить чеснок. Перемешать.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2019 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru