



Кекс домашний с льняной мукой



| | | | | |
|-----------------|------------------|---------------|--------------|-------------------|
| На 800 г | Калории 1872 | Белки 86.9 | Жиры 54.1 | Углеводы 261.0 |
| На 100 г | Калории 234.0 | Белки 10.9 | Жиры 6.8 | Углеводы 32.6 |

Ингредиенты

Мука овсяная диетическая - 100 граммов
Льняная мука - 100 граммов
Мука пшеничная - 100 граммов
Яйцо - 2 штуки
Кефир - 400 граммов
Сахар - 60 граммов
Шоколад темный - 50 граммов
Какао-порошок - 10 граммов
Ванилин - 1 грамм

Процент потерь по массе: 20 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru