



Котлеты говяжьи в сметанно-томатном соусе от Аленки



На 530 г	Калории 1234	Белки 82.6	Жиры 93.9	Углеводы 8.2
На 100 г	Калории 232.8	Белки 15.6	Жиры 17.7	Углеводы 1.6

Ингредиенты

Фарш говяжий постный - 400 граммов
Яйцо куриное - 1 штука
Сметана 20 - 100 граммов
Кетчуп - 20 граммов
Масло подсолнечное - 7 граммов

Процент потерь по массе: 47 %

Инструкция по приготовлению

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