



Легкий оливье



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 97.3	Белки 14.3	Жиры 4.3	Углеводы 1.2

Ингредиенты

Куриное филе вареное - 250 граммов
Огурец маринованный - 100 граммов
Огурец - 150 граммов
Йогурт живой - 50 граммов
Яйцо куриное - 3 штуки

Процент потерь по массе: 0 %

Описание

Очень просто и вкусно! Быстро можно приготовить

Инструкция по приготовлению

1. Филе куриное сварить. Яйцо сварить вкрутую
2. Все нарезать и заправить йогуртом. Приятного аппетита

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