



Перец фаршированный фаршем и рисом



На 3580 г

Калории
3617

Белки
162.0

Жиры
209.4

Углеводы
266.3

На 100 г

Калории
101.0

Белки
4.5

Жиры
5.8

Углеводы
7.4

Ингредиенты

Перец сладкий болгарский - 1500 граммов
Лук репчатый - 200 граммов
Помидор свежий - 200 граммов
Морковь - 200 граммов
Свинина шея - 700 граммов
Рис вареный, белый - 600 граммов
Масло подсолнечное - 30 граммов
Сметана 15 - 100 граммов
Яйцо - 50 граммов

Процент потерь по массе: -258 %

Инструкция по приготовлению

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