



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

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