



Пшениный суп



На 2100 г	Калории 360	Белки 18.5	Жиры 6.9	Углеводы 56.1
На 100 г	Калории 17.1	Белки 0.9	Жиры 0.3	Углеводы 2.7

Ингредиенты

Вода - 1800 граммов
Кролик - 50 граммов
Картофель (сырой) - 150 граммов
Лук зеленый - 40 граммов
Морковь - 30 граммов
Перец красный сладкий - 20 граммов
Пшено - 40 граммов
Укроп - 20 граммов

Процент потерь по массе: -110 %

Описание

Готовим бульон. Нарезать овощи, добавить. Промыть пшено и добавить в суп. Добавить соль и приправы по вкусу.

Инструкция по приготовлению

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