



Рассольник на куриных сердцах с перловкой



На 4408.13 г	Калории 1969	Белки 103.9	Жиры 69.8	Углеводы 254.0
---------------------	-----------------	----------------	--------------	-------------------

На 100 г	Калории 44.7	Белки 2.4	Жиры 1.6	Углеводы 5.8
-----------------	-----------------	--------------	-------------	-----------------

Ингредиенты

Сердце куриное - 300 граммов
Курица. Голень - 200 граммов
Картофель - 600 граммов
Вода - 3000 граммов
Огурец солёный - 400 граммов
Морковь - 200 граммов
Лук репчатый - 100 граммов
Томатная паста - 3 столовые ложки
Перловая каша на воде - 400 граммов

Процент потерь по массе: -340.813 %

Инструкция по приготовлению

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