



## Рассольник на куриных сердцах с перловкой



<b>На 4408.13 г</b>	Калории 1969	Белки 103.9	Жиры 69.8	Углеводы 254.0
---------------------	-----------------	----------------	--------------	-------------------

<b>На 100 г</b>	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

© 2013-2018 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifigu.ru](http://beregifigu.ru)