



Салат Староминский (Алена)



На 470 г

Калории
429

Белки
36.4

Жиры
20.6

Углеводы
16.9

На 100 г

Калории
91.3

Белки
7.7

Жиры
4.4

Углеводы
3.6

Ингредиенты

Сердце индейки отварное - 200 граммов
Масло растительное - 10 граммов
Перец сладкий болгарский - 150 граммов
Руккола - 25 граммов
Лук порей - 50 граммов
Чеснок - 3 грамма
Уксус из белого вина - 9 граммов
Салат - 20 граммов
Сахарный песок - 3 грамма

Процент потерь по массе: 53 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru