



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

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