



Салат с курицей и грибами



| | | | | |
|-----------------|------------------|---------------|-------------|-----------------|
| На 0 г | Калории 0 | Белки 0.0 | Жиры 0.0 | Углеводы 0.0 |
| На 100 г | Калории 116.5 | Белки 11.7 | Жиры 7.2 | Углеводы 2.6 |

Ингредиенты

Перец сладкий болгарский - 100 граммов
Сыр Ламбер - 150 граммов
Шампиньоны консервированные целы - 400 граммов
Вареная куриная грудка - 200 граммов
Сметана 30 % - 50 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Описание

Сыр натереть на крупной терке. Все остальные ингредиенты порезать. Добавить соль и специи по вкусу. Заправить сметаной.

Инструкция по приготовлению

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