



# Тирамису



На 800 г

Калории  
2250

Белки  
50.2

Жиры  
146.9

Углеводы  
181.9

На 100 г

Калории  
281.2

Белки  
6.3

Жиры  
18.4

Углеводы  
22.7

## Ингредиенты

Яйцо - 4 штуки  
Маскарпоне - 250 граммов  
Печенье - 110 граммов  
Кофе - 107 граммов  
Какао-порошок - 5 граммов  
Сахар - 100 граммов

Процент потерь по массе: 20 %

## Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)