



суфле рыбное из минтая



На 721 г	Калории 648	Белки 89.5	Жиры 26.2	Углеводы 8.2
На 100 г	Калории 89.8	Белки 12.4	Жиры 3.6	Углеводы 1.1

Ингредиенты

Минтай - 400 граммов
Молоко - 150 граммов
Яйцо - 3 штуки

Процент потерь по массе: 27.9 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru