



Зелень с йогуртом



На 973 г	Калории 566	Белки 40.7	Жиры 13.7	Углеводы 78.6
На 100 г	Калории 58.1	Белки 4.2	Жиры 1.4	Углеводы 8.1

Ингредиенты

Петрушка - 120 граммов
Укроп - 95 граммов
Кинза - 104 грамма
Чеснок - 30 граммов
Сельдерей - 39 граммов
Лук зеленый - 244 грамма
Соль поваренная пищевая - 3 грамма
Базилик свежий - 51 грамм
Йогурт - 780 граммов

Процент потерь по массе: 2.69999999999999 %

Описание

Зелень, чеснок мелко порезать, залить йогуртом, перемешать, посолить.

Инструкция по приготовлению

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