



Каша кукурузная с изюмом и мёдом



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 116.2	Белки 2.5	Жиры 1.5	Углеводы 23.1

Ингредиенты

Мёд - 10 граммов
Молоко цельное - 100 граммов
Вода - 100 граммов
Крупа кукурузная - 45 граммов
Изюм - 25 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Описание

молоко+вода+изюм, довести до кипения, добавить крупу (можно подсолить). Варить на медленном огне до готовности. При подаче на стол добавить 1 ч.л. мёда.

Инструкция по приготовлению

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