



Куриное филе тушенное в сливках 10%



На 308 г	Калории 496	Белки 76.0	Жиры 19.8	Углеводы 3.5
На 100 г	Калории 161.1	Белки 24.7	Жиры 6.4	Углеводы 1.1

Ингредиенты

Филе грудки куриной - 350 граммов
Масло топленое - 2 грамма
сливки 10% - 100 граммов

Процент потерь по массе: 69.2 %

Описание

Филе порезать кубиками, обжарить на топ. масле, добавить сливки, тушить 5 мин.

Инструкция по приготовлению

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