



Курица запечённая на соли в духовке



На 1554 г	Калории 3040	Белки 256.0	Жиры 224.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 195.6	Белки 16.5	Жиры 14.4	Углеводы 0.0

Ингредиенты

Курица - 1600 граммов
Соль поваренная пищевая - 500 граммов
Процент потерь по массе: -55.4 %

Описание

Куручку тщательно промыть снаружи и изнутри. Обсушить бумажным полотенцем. На форму для запекания насыпать соль, разровнять горку и положить продукт на спинку. В духовку, разогретую до 180 градусов отправляется наша курочка на 40-60 минут. В зависимости от размеров, время можно увеличить или уменьшить. Приятного аппетита!

Инструкция по приготовлению

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