

Ленивые вареники

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 423 г	529	42.9	14.5	57.8
На 100 г	125.0	10.1	3.4	13.7

Ингредиенты

Творог (5%) - 200 граммов
Яйцо - 1 порция
мука пшеничная 1 сорт - 50 граммов
сахар - 20 граммов

Процент потерь по массе: 57.7 %

Описание

Смешать творог,яйцо,муку,добавить соль,сахар.Сформировать колбаски из теста,порезать на маленькие кусочки.Опустить в кипящую воду,варить после всплытия минуты 3. В тарелку добавить масло сливочное.Подавать со сметаной.

Инструкция по приготовлению

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