



Оладьи с зеленью



На 545 г	Калории 849	Белки 82.4	Жиры 33.3	Углеводы 54.7
На 100 г	Калории 155.7	Белки 15.1	Жиры 6.1	Углеводы 10.0

Ингредиенты

Укроп - 51 грамм
мука Макфа - 50 граммов
Яйцо - 95 граммов
Молокосодержащий продукт с заменителем молочного жира с беконом, произведённый по технологии плавленого сыра. Массовая доля жира в сухом веществе 45%, в том числе растительного жира 22,5%. - 77 граммов
Творог 0% - 333 грамма

Процент потерь по массе: 45.5 %

Описание

Сыр натереть на тёрке, зелень нарезать. Смешать все ингредиенты, посолить. Жарить на АП сковороде.

Инструкция по приготовлению

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