



Салат из куриной грудки с грейпфрутом и авокадо



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 134.3	Белки 8.1	Жиры 9.4	Углеводы 4.4

Ингредиенты

Варёная курица - 200 граммов
грейпфрут - 150 граммов
Авокадо - 180 граммов
Лук репчатый красный - 50 граммов
Сельдерей (стебли) - 40 граммов
Салат Айсберг - 30 граммов
Лимон - 20 граммов
Соевый соус - 20 граммов
Масло оливковое - 15 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Описание

Все порезать, добавить смесь перцев, соль, сахарозаменитель (мед), возможно горчицу

Инструкция по приготовлению

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