



Свинина терияки с овощами и шампиньонами



На 1931.3 г	Калории 1652	Белки 191.8	Жиры 61.8	Углеводы 78.5
На 100 г	Калории 85.5	Белки 9.9	Жиры 3.2	Углеводы 4.1

Ингредиенты

свиная вырезка - 800 граммов
Шампиньоны - 500 граммов
перец болгарский - 200 граммов
Морковь - 300 граммов
Лук репчатый - 200 граммов
Соус "Терияки" - 120 граммов
соевый соус - 50 граммов

Процент потерь по массе: -93.13 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2025 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru