

Солянка со свининой

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 1402.2 г	2683	229.5	148.6	106.8
На 100 г	191.3	16.4	10.6	7.6

Ингредиенты

Свинина - 1113 граммов
Морковь - 205 граммов
капуста - 1300 граммов
лук - 100 граммов
томат-паста - 100 граммов
Сахар-рафинад - 20 граммов
масло растительное - 20 граммов

Процент потерь по массе: -40.22 %

Описание

Пожарить мясо, переложить в мультиварку, потом лук + морковь и расту жарить. Всё объединить

Инструкция по приготовлению

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