



Творожное суфле



На 210 г	Калории 491	Белки 24.3	Жиры 17.8	Углеводы 58.6
На 100 г	Калории 234.0	Белки 11.6	Жиры 8.5	Углеводы 27.9

Ингредиенты

Творог (5%) - 100 граммов
Яйцо - 50 граммов
Мука пшеничная - 20 граммов
сахар - 40 граммов
Сметана (20%) - 40 граммов

Процент потерь по массе: 79 %

Инструкция по приготовлению

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