



Чахохбили из курицы



| | | | | |
|--------------------|------------------|----------------|---------------|------------------|
| На 2030.3 г | Калории 2779 | Белки 179.2 | Жиры 194.9 | Углеводы 72.3 |
| На 100 г | Калории 136.9 | Белки 8.8 | Жиры 9.6 | Углеводы 3.6 |

Ингредиенты

Курица - 1000 граммов
Морковь - 150 граммов
Лук репка - 250 граммов
Помидоры грунтовые - 500 граммов
Томатный сок - 500 граммов
Масло подсолнечное - 50 граммов
Перец черный молотый - 5 граммов
Хмели-сунели - 5 граммов
Кинза - 50 граммов
БАЗИЛИК СВЕЖИЙ - 30 граммов
Укроп - 30 граммов

Процент потерь по массе: -103.03 %

Инструкция по приготовлению

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