



яичница без масла на сухой сковороде(Ольга)

★★★★★

На 100.92 г	Калории 138	Белки 13.0	Жиры 9.2	Углеводы 0.8
-------------	----------------	---------------	-------------	-----------------

На 100 г	Калории 136.6	Белки 12.9	Жиры 9.1	Углеводы 0.8
----------	------------------	---------------	-------------	-----------------

Ингредиенты

яйца - 114 граммов
Соль морская - 2 грамма

Процент потерь по массе: 89.908 %

Описание

На разогретую сковородку вылить два яйца.

Инструкция по приготовлению

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