

CIOLAN DE PORC CU FASOLE

🍴 Număr porții: 1

Ingrediente

- Ciolan de porc - 550 Grame
- Fasole boabe - 120 Grame
- Slanina - 20 Grame
- Ulei floarea soarelui - 20 Mililitri
- Ceapa - 30 Grame
- Usturoi - 2 Grame
- Ardei capia/kapia - 15 Grame
- Telina - 5 Grame
- Morcovi - 10 Grame
- Boia dulce - 10 Grame
- Pasta de tomate - 5 Grame
- Amidon - 3 Grame
- Cimbru uscat - 1 Gram
- Sare de masa - 2 Grame
- Piper negru - 1 Gram

Instrucțiuni

CIOLAN DE PORC CU FASOLE

600 grame (ciolan porc, fasole boabe, ceapa, slanina, ulei, ardei kapia, morcovi, boia, telina, pasta de tomate, amidon, usturoi, sare, cimbru, piper)

ALERGENI: telina, gluten

ADITIVI:

Macronutrienți Rețetă

Calorii	9856 kJ / 2355.65 kCal
Grăsimi	190.85 g
din care	
Saturate	5.05 g
Ne-Saturate	23.25 g
Colesterol	13.6 mg
Carbohidrați	44.86 g
din care	
Zaharuri	3.47 g
Fibre	5.22 g
Proteine	104.40 g
Sare	2183.48 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	9856 kJ / 2355.65 kCal
Grăsimi	190.85 g
din care	
Saturate	5.05 g
Ne-Saturate	23.25 g
Colesterol	13.6 mg
Carbohidrați	44.86 g
din care	
Zaharuri	3.47 g
Fibre	5.22 g
Proteine	104.4 g
Sare	2183.48 mg