

# JULLIEN DE VITA CU CHILLI SI RISOTTO

🍴 Număr porții: 1

## Ingrediente

- Muschi de vita crud - 220 Grame
- Ulei de masline - 30 Mililitri
- Ceapa rosie - 60 Grame
- Ardei gras rosu - 100 Grame
- Ardei gras verde - 100 Grame
- Ardei iute - 30 Grame
- Ciuperci champignon - 60 Grame
- Dovlecel - 80 Grame
- Fasole rosie conserva - 40 Grame
- Rosii - 70 Grame
- Fulgi chilli - Driedfruits - 2 Grame
- Vin rosu sec - 50 Grame
- Sos de soia - 20 Grame
- Unt - 40 Grame
- Sos worcestershire - 20 Grame
- Faina alba - 20 Grame
- Parmezan - 30 Grame
- Usturoi - 5 Grame
- Morcovi - 20 Grame
- Orez alb negatit - 60 Grame
- Concentrat de gaina - 5 Grame
- Smantana 20% - 50 Grame
- Parmezan - 20 Grame
- Foi de Dafin (Frunze) - 1 Gram
- Sare de masa - 3 Grame

## Instrucțiuni

### JULLIEN DE VITA CU CHILLI SI RISOTTO

350 grame (muschi vita, ardei rosu, ardei verde, dovlecel, rosii, ceapa rosie, ciuperci champignon, Orez, vin rosu, Smantana, fasole rosie, unt, ulei, masline. ardei iute, parmesan, sos soia, sos wocester, faina, morcovi, usturoi, concentrat pui, sare, fulgi chilly, foi dafin)

ALERGENI: lapte, gluten, soia

ADITIVI:

### Macronutrienți Rețetă

<b>Calorii</b>	7992 kJ / 1910.24 kCal
<b>Grăsimi</b>	122.63 g
din care	
<b>Saturate</b>	9.03 g
<b>Ne-Saturate</b>	5.5 g
<b>Colesterol</b>	44.65 mg
<b>Carbohidrați</b>	113.32 g
din care	
<b>Zaharuri</b>	20.31 g
<b>Fibre</b>	12.99 g
<b>Proteine</b>	81.98 g
<b>Sare</b>	5310.75 mg

### Macronutrienți pentru 1 Porție

<b>Calorii</b>	7992 kJ / 1910.24 kCal
<b>Grăsimi</b>	122.63 g
din care	
<b>Saturate</b>	9.03 g
<b>Ne-Saturate</b>	5.5 g
<b>Colesterol</b>	44.65 mg
<b>Carbohidrați</b>	113.32 g
din care	
<b>Zaharuri</b>	20.31 g
<b>Fibre</b>	12.99 g
<b>Proteine</b>	81.98 g
<b>Sare</b>	5310.75 mg