

# PENNE CARBONARA

🍴 Număr porții: 1

## Ingrediente

- Paste Penne - 130 Grame
- Ulei floarea soarelui - 50 Mililitri
- Sare de masa - 3 Grame
- Bacon - 160 Grame
- Ou crud - 1 Ou mic - S (50g)
- Smantana 20% - 200 Grame
- Mazare verde - 50 Grame
- Piper negru - 1 Gram
- Parmezan - 20 Grame
- Vin sec - 50 Grame
- Lapte 1,5% Oke - 50 Grame

## Instrucțiuni

PENNE CARBONARA

300 grame (oua, smantana, bacon, paste penne, ulei, mazare, vin, lapte, parmezan, sare, piper)

ALERGENI: ouă, lapte, gluten

ADITIVI:

### Macronutrienți Rețetă

<b>Calorii</b>	8373 kJ / 2001.10 kCal
<b>Grăsimi</b>	124.49 g
din care	
<b>Saturate</b>	10.03 g
<b>Ne-Saturate</b>	48.02 g
<b>Colesterol</b>	203.6 mg
<b>Carbohidrați</b>	125.42 g
din care	
<b>Zaharuri</b>	5.61 g
<b>Fibre</b>	2.76 g
<b>Proteine</b>	82.74 g
<b>Sare</b>	3404.74 mg

### Macronutrienți pentru 1 Porție

<b>Calorii</b>	8373 kJ / 2001.1 kCal
<b>Grăsimi</b>	124.49 g
din care	
<b>Saturate</b>	10.03 g
<b>Ne-Saturate</b>	48.02 g
<b>Colesterol</b>	203.6 mg
<b>Carbohidrați</b>	125.42 g
din care	
<b>Zaharuri</b>	5.61 g
<b>Fibre</b>	2.76 g
<b>Proteine</b>	82.74 g
<b>Sare</b>	3404.74 mg