

SNITEL DE PUI CRISPY

🍴 Număr porții: 1

Ingrediente

- Piept de pui - fara piele - 170 Grame
- Faina alba - 30 Grame
- Sare de masa - 2 Grame
- Piper negru - 1 Gram
- Ulei floarea soarelui - 50 Mililitri
- Ou crud - 1 Ou mic - S (50g)
- Vegeta natur legume - 5 Grame
- Fulgi de porumb - 100 Grame

Instrucțiuni

SNITEL DE PUI CRISPY

150 grame (piept de pui, oua, fulgi porumb, ulei, faina, vegeta, sare, piper)

ALERGENI: oua, gluten

ADITIVI:

Macronutrienți Rețetă

Calorii	4986 kJ / 1191.65 kCal
Grăsimi	60.06 g
din care	
Saturate	7.02 g
Ne-Saturate	46.05 g
Colesterol	310.1 mg
Carbohidrați	111.09 g
din care	
Zaharuri	7.98 g
Fibre	5.1 g
Proteine	55.58 g
Sare	5846.94 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	4986 kJ / 1191.65 kCal
Grăsimi	60.06 g
din care	
Saturate	7.02 g
Ne-Saturate	46.05 g
Colesterol	310.1 mg
Carbohidrați	111.09 g
din care	
Zaharuri	7.98 g
Fibre	5.1 g
Proteine	55.58 g
Sare	5846.94 mg