

MĂMĂLIGUȚĂ

🍴 Număr porții: 1

Ingrediente

- Faina de porumb (malai) - 150 Grame
- Ulei floarea soarelui - 30 Mililitri
- Sare de masa - 3 Grame

Instrucțiuni

MĂMĂLIGUȚĂ

200 grame (faina malai, ulei, sare)

ALERGENI: -

ADITIVI: -

Macronutrienți Rețetă

Calorii	3407 kj / 814.2 kCal
Grăsimi	32.49 g
din care	
Saturate	2.7 g
Ne-Saturate	25.89 g
Carbohidrați	116.55 g
Proteine	12.75 g
Sare	3000 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	3407 kj / 814.2 kCal
Grăsimi	32.49 g
din care	
Saturate	2.7 g
Ne-Saturate	25.89 g
Carbohidrați	116.55 g
Proteine	12.75 g
Sare	3000 mg