

SMITEL DE PUI PARIZIAN

🍴 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

Instrucțiuni

SNITEL DE PUI PARIZIAN

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

ALERGENI: oua, gluten

ADITIVI:

Macronutrienți Rețetă

Calorii	3492 kJ / 834.65 kCal
Grăsimi	59.46 g
din care	
Saturate	7.02 g
Ne-Saturate	45.95 g
Colesterol	310.1 mg
Carbohidrați	25.39 g
din care	
Zaharuri	1.48 g
Fibre	0.6 g
Proteine	47.88 g
Sare	4887.94 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	3492 kJ / 834.65 kCal
Grăsimi	59.46 g
din care	
Saturate	7.02 g
Ne-Saturate	45.95 g
Colesterol	310.1 mg
Carbohidrați	25.39 g
din care	
Zaharuri	1.48 g
Fibre	0.6 g
Proteine	47.88 g
Sare	4887.94 mg