

SOTE DE CIUPERCI

🍴 Număr porții: 1

Ingrediente

- Ciuperci conserva - 100 Grame
- Ceapa - 30 Grame
- Ulei floarea soarelui - 15 Mililitri
- Smantana pentru gatit Carrefour - 100 Grame
- Frunze de patrunjel - 5 Grame
- Vegeta natur legume - 5 Grame
- Amidon - 5 Grame
- Sare de masa - 1 Gram
- Piper negru - 1 Gram

Instrucțiuni

SOTE DE CIUPERCI

200 grame (ciuperci conserva, smantana de gatit, ceapa, ulei, patrunjel verde, vegeta, amidon, sare, piper)

ALERGENI: lactate, gluten

ADITIVI:

Macronutrienți Rețetă

Calorii	1454 kJ / 347.55 kCal
Grăsimi	27.40 g
din care	
Saturate	1.36 g
Ne-Saturate	12.98 g
Carbohidrați	20.13 g
din care	
Zaharuri	2.6 g
Fibre	1.27 g
Proteine	5.31 g
Sare	3744.44 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	1454 kJ / 347.55 kCal
Grăsimi	27.4 g
din care	
Saturate	1.36 g
Ne-Saturate	12.98 g
Carbohidrați	20.13 g
din care	
Zaharuri	2.6 g
Fibre	1.27 g
Proteine	5.31 g
Sare	3744.44 mg