

Курс «Вкусные домашние пироги. Полезная версия»

& Ингредиенты Инструменты

Tasha's cake school
ОНЛАЙН-ШКОЛА ДИЕТИЧЕСКИХ ДЕСЕРТОВ



ИНГРЕДИЕНТЫ	АЧМА	КИШ С РЫБОЙ	КУЛЕБЯКА	С ГРИБАМИ И СМЕТАНОЙ	С ТРЕСКОЙ И ЯЙЦОМ	С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ	УЛИТКА С КУРИЦЕЙ И ГРИБАМИ	С СЕЗОННЫМИ ОВОЩАМИ	КУТАБЫ	С ТЫКВОЙ И БРЫНЗОЙ	ШАРЛОТКА	ИТОГО
Кефир 1%	*		*			*					*		530
Яйцо С2	*	*	*	*	*	*	*		*		*	*	24
Мука ржаная цз	*	*											550
Творог 5%	*			*									700
Сыр адыгейский	*									*			175
Сметана 15%		*		*				*					85
Оливковое масло		*						*	*	*			38
Прованские травы		*											1
Красная рыба		*											200
Брокколи		*											100
Сыр лёгкий		*		*			*	*					175
Молоко 1%		*					*						200

ИНГРЕДИЕНТЫ	АЧМА	КИШ С РЫБОЙ	КУЛЕБЯКА	С ГРИБАМИ И СМЕТАНОЙ	С ТРЕСКОЙ И ЯЙЦОМ	С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ	УЛИТКА С КУРИЦЕЙ И ГРИБАМИ	С СЕЗОННЫМИ ОВОЩАМИ	КУТАБЫ	С ТЫКВОЙ И БРЫНЗОЙ	ШАРЛОТКА	ИТОГО
Треска					*								300
Зелёный лук					*	*	*						65
Разрыхлите ль					*	*						*	5
Цедра лимона					*								1
Мука рисовая						*	*		*		*	*	485
Ветчина							*						130
Куриное филе								*					170
Кунжут								*					30
Мука гречневая									*				60
Капуста белокочанн ая									*				250
Лук порей									*				40
Морковь									*				100

ИНСТРУМЕНТЫ

Формы для выпечки можно использовать силиконовые, керамические, стеклянные или металлические кольца.

- Форма для выпечки 24-26см
- Форма для выпечки 15-18см
- Скалка
- Венчик
- Погружной блендер
- Силиконовый коврик
- Пергамент для выпечки
- Фольга, если для выпечки используется металлическое кольцо

Наслаждайтесь вкуснейшими, самыми популярными пирогами мира, которые не навредят фигуре и здоровью! Полюбят взрослые и дети!

Приятного аппетита!



Добавляйся к нам в **instagram**

С нами уже более 400 тыс подписчиков

 **tashas.cake**



← **tashas.cake** 🔔 ⋮



1 629 465 т... **20**
Публик... Подпис... Подпис...

👩‍🎓 **ОНЛАЙН ШКОЛА ПП ДЕСЕРТОВ**

Здоровье/красота

👋 Привет, я Таша

🍰 Открою тебе мир сладостей без сахара, муки и лишних калорий... ещё
tashascake.ru/taplink

Подп... ▾

Напис...

Эл. ад... ▾



👩‍🎓 Школа



Рецепты



Вебинар



Ученическое

