



## Supa crema de praz cu crutoane



### Ingrediente o portie de 350g :

apa 1500g, cartofi albi cruzi 1000g, praz 500g, crutoane aromate 350g, smantana light 100g, Ulei de floare 50g (ulei floarea soarelui ) , Condiment sare / piper 20g (sare de masa iodata,piper negru macinat ) , ceapa galbena 20g

Declaratie nutritionala	100g	Portie 350g
<b>Energie Kcal</b>	909.23	3182.31
<b>Energie Kj</b>	3804.21	13314.78
<b>Grasimi</b>	35.2g	123.19g
din care acizi grasi saturati	8.7g	30.45g
<b>Glucide</b>	131.29g	459.5g
din care zaharuri	13.33g	46.66g
Fibre	14.54g	50.88g
Proteine	18.81g	65.85g
Sare	4.31g	15.09g

### Alergeni

Gluten  
Lapte, Alune

### Aditivi

-