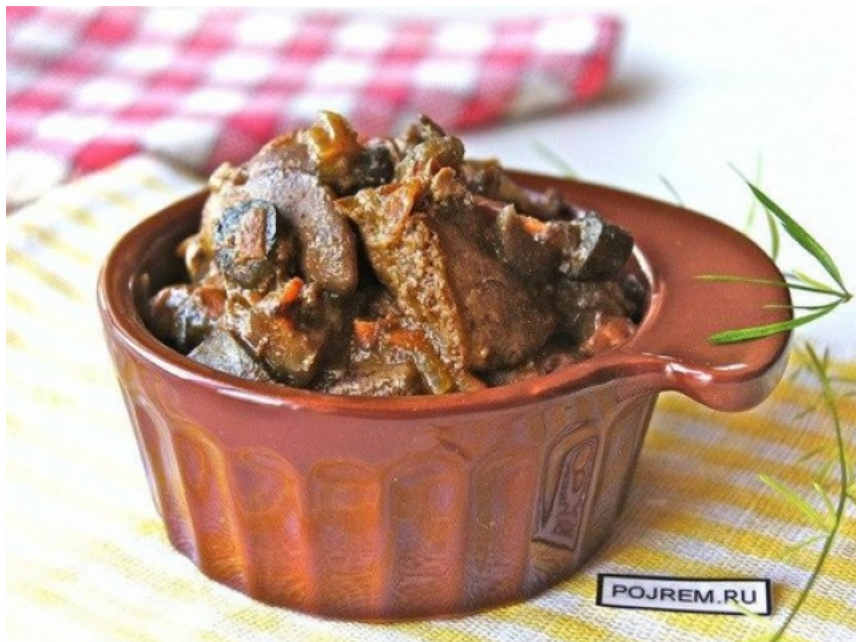


## Печень с грибами



На 100 грамм:  
Калорийность: **90,47 ккал.**  
Белки: **10,58 г.**  
Жиры: **4,55 г.**  
Углеводы: **1,92 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/pechen-s-gribami/>

### **Ингредиенты:**

- куриная печень – 500 г
- грибы – 400 г
- лук репчатый – 1 шт
- морковь – 1 шт
- соль, перец – по вкусу
- оливковое масло – для жарки

### **Приготовление:**

Лук порубить, морковь натереть на крупной терке.  
Обжарить на сковороде с оливковым маслом до мягкости на среднем огне.  
Добавить грибы и жарить на среднем огне, постоянно помешивая, минут 5.  
Куриную печень вымыть, обсушить (можно нарезать помельче), добавить к овощам с грибами, посолить, поперчить и жарить минут 7 до готовности.  
Ароматное блюдо из печени и грибов готово.