

Hähnchenflügelchen mit Salat (Low Carb)

Gestern Abend standen bei uns Hähnchenflügelchen und Salat auf dem Tisch.

Mjammi. :lecker:

Insgesamt bin ich bei dieser Mahlzeit auf 7,3 g Kohlenhydrate gekommen.

Psst, tatsächlich habe ich deutlich mehr gegessen, als hier auf dem Teller zu sehen ist. :psst2:

Zusammen mit meinem Sloca-Brot am Morgen, hatte ich über den Tag verteilt, trotzdem nur ganze 8 g Kohlenhydrate.

Wenn das keine ketogene Ernährung ist, dann weiß ich auch nicht... ;-)



Autor: paola