



Reis mit Schweinefleisch und Gemüse - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Tomaten in der Dose (260 g)	1	Dose	260 g
<input type="checkbox"/>	Zucchini (600 g)	1	Stück	600 g
<input type="checkbox"/>	Knochloses Schweinefilet (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Langkorn-Braunreis (1 g)	90	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Lauch (140 g)	1	Stück	140 g
<input type="checkbox"/>	Karotte (50 g)	1	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	Petersilienwurzel (80 g)	1	Stück	80 g
<input type="checkbox"/>	Kaltgepresstes Rapsöl (1 ml)	10	Gram	1 ml