



Leichtere Makrelenpasten-Kanapees - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Rote Paprika (1 g)	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Saure Gurken (1 g)	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Helles Roggenbrot (35 g)	2	Scheibe Brot	35 g
<input type="checkbox"/>	Geräucherte Makrele (1 g)	60	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Rote Zwiebel (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Buttersalat (1 g)	15	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Petersiliengrün (1 g)	12	Gram	1 g