



Gebratene Schweineschulter mit Gemüse und Reis (leichtere Version) - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Zucchini (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Knochloses Schweinefilet (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Rote Zwiebel (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Langkorn-Braunreis (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Karotte (1 g)	45	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Olivenöl (10 g)	1	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Petersiliengrün (1 g)	1	Tee Löffel	1 g