



Hähnchen in Gemüsesauce - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Hähnchenbrustfilet (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Gemüsebrühe (1 ml)	200	Gram	1 ml
<input type="checkbox"/>	Rote Paprika (200 g)	1	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	Aubergine (300 g)	1	Stück	300 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Wasser (1 g)	50	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Langkorn-Braunreis (1 g)	25	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Kartoffelstärke (1 g)	1	Esslöffel	1 g
<input type="checkbox"/>	Mungobohnenkeimlinge (1 g)	20	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Tomatenmark 30 % (25 g)	1	Esslöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Joghurt Erdbeere (1 g)	1	Esslöffel	1 g
<input type="checkbox"/>	Helle Sojasauce (10 g)	1	Esslöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Kaltgepresstes Rapsöl (1 ml)	10	Gram	1 ml
<input type="checkbox"/>	Curry (1 g)	8	Gram	1 g



	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Zucker, weiß (1 g)	1	Tee Löffel	1 g