

# Avocado- und Sardinenpaste-Sandwiches (schwerere Version) - Zutaten

---

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Helles Roggenbrot</b> <i>(35 g)</i>	4	Scheibe Brot	35 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> <i>(1 g)</i>	120	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Avocado</b> <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sardinen in Öl</b> <i>(1 g)</i>	60	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gartendill</b> <i>(1 g)</i>	8	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zitronensaft</b> <i>(1 g)</i>	6	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schnittlauch</b> <i>(1 g)</i>	5	Gram	1 g

---