



## Waldbeeren mit Rote Beete, Kürbis, Blumenkohl und Granatapfel - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Kürbis</b> (210 g)	1	Glaß	210 g
<input type="checkbox"/>	<b>Hirsegrütze</b> (180 g)	1	Glaß	180 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Beete</b> (107 g)	1	Stück	107 g
<input type="checkbox"/>	<b>Granate</b> (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ingwerpulver</b> (1 g)	5	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Himalayasalz</b> (1 g)	5	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> (1 g)	5	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Knoblauch</b> (5 g)	0.5	Zahn	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gartendill</b> (8 g)	0.33	Esslöffel	8 g