



## Nudeln mit Thunfisch (glutenfreie Version) - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Tomaten in der Dose</b> (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Spaghetti aus Mais und Reis</b> (1 g)	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Thunfisch im eigenen Saft</b> (1 g)	60	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zwiebel</b> (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Getrocknete Tomaten</b> (1 g)	40	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomatenmark 30 %</b> (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Petersiliengrün</b> (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zitronensaft</b> (1 g)	12	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kaltgepresstes Rapsöl</b> (1 ml)	10	Gram	1 ml