



## Vollkorn-Toast mit Käse, Tomate und gebratenem Schinken - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Vollkorntoastbrot</b> (23 g)	2	Scheibe Brot	23 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> (20 g)	1	Scheibe	20 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gebratenes Schweinenackensteak</b> (15 g)	1	Scheibe	15 g
<input type="checkbox"/>	<b>Königlicher leichter Gelbkäse</b> (15 g)	1	Scheibe	15 g
<input type="checkbox"/>	<b>Butter</b> (10 g)	0.5	Tee Löffel	10 g