



## Gemüsespaghetti mit Thunfisch-Tomatensoße - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Zucchini</b> (600 g)	1	Stück	600 g
<input type="checkbox"/>	<b>Aubergine</b> (300 g)	1	Stück	300 g
<input type="checkbox"/>	<b>Karotte</b> (50 g)	1	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zwiebel</b> (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Peperoni</b> (10 g)	1	Stück	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kokosnuss</b> (1 g)	1	Zweig	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Thunfisch im eigenen Saft</b> (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schmelzkäse</b> (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomatenmark 30 %</b> (25 g)	1	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gemüsebrühe</b> (1 ml)	2000	Gram	1 ml
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> (10 g)	1	Esstlöffel	10 g