



## Tortilla mit Hackfleisch und Käse - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Vollfetter Cheddar, gerieben</b> (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> (10 g)	1	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rinderhackfleisch</b> (1 g)	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Eisbergsalat</b> (40 g)	1	Blatt	40 g
<input type="checkbox"/>	<b>Avocado</b> (140 g)	1	Stück	140 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Griechischer Naturjoghurt</b> (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Edelsüße Paprika gemahlen</b> (3 g)	1	Tee Löffel	3 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzer Pfeffer</b> (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tabasco-Sauce</b> (1 g)	1	Portion	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Vollkorn-Weizentortilla</b> (62 g)	2	Stück	62 g