



Ananas-Ingwer-Cocktail - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Ananas (80 g)	2	Scheibe	80 g
<input type="checkbox"/>	Zitronensaft (6 g)	1	Esstlöffel	6 g
<input type="checkbox"/>	Ingwer (5 g)	2	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Haferflocken (10 g)	3	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Cashewnüsse (35 g)	1	Handvoll	35 g
<input type="checkbox"/>	Grünkohl (20 g)	2	Handvoll	20 g