



Weich gekochtes Ei mit Tomatensalat (Low Carb) - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Zwiebel <i>(1 g)</i>	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Roggenvollkornbrot <i>(30 g)</i>	2	Scheibe Brot	30 g
<input type="checkbox"/>	Buttersalat <i>(5 g)</i>	4	Blatt	5 g
<input type="checkbox"/>	Tomate <i>(170 g)</i>	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Ganze Hühnereier (L) <i>(56 g)</i>	1	Stück	56 g