



Sandwich mit Aufschnitt und Gurkensalat - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Skyr – isländischer Joghurt (25 g)	2	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Gurke (35 g)	1	Stück	35 g
<input type="checkbox"/>	Alfalfa-Sprossen (8 g)	1	Esstlöffel	8 g
<input type="checkbox"/>	Buttersalat (5 g)	2	Blatt	5 g
<input type="checkbox"/>	Putenbrustschinken (15 g)	3	Scheibe	15 g
<input type="checkbox"/>	Schnittlauch (2 g)	1	Tee Löffel	2 g
<input type="checkbox"/>	Roggenvollkornbrot (30 g)	1	Scheibe Brot	30 g
<input type="checkbox"/>	Butter (1 g)	5	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Mozzarella (1 g)	15	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Himalayasalz (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Schwarzer Pfeffer (0.1 g)	1	Priese	0.1 g