



Rührei mit Schinken - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Ganze Hühnereier (S) <i>(43 g)</i>	3	Stück	43 g
<input type="checkbox"/>	Helles Roggenbrot <i>(35 g)</i>	2	Scheibe Brot	35 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel <i>(170 g)</i>	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Puten**schinken** 2 <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Kaltgepresstes Rapsöl <i>(1 ml)</i>	5	Gram	1 ml