

Low-Carb-Brot mit goldenen Leinsamen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Spinat, gedämpft (ohne Zugabe von Salz) <i>(1 g)</i>	240	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Flohsamenschalen <i>(10 g)</i>	4	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Backpulver <i>(4 g)</i>	2	Tee Löffel	4 g
<input type="checkbox"/>	Weißes Salz <i>(5 g)</i>	0.5	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Heißes Wasser <i>(1 ml)</i>	320	Mililiter	1 ml
