



Low-Carb-Brot mit Sonnenblumenkernen, Mandeln und Kürbiskernen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Sonnenblumenkerne (geschält) <i>(1 g)</i>	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Gemahlene Mandeln <i>(1 g)</i>	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Flohsamenschalen <i>(1 g)</i>	20	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Kürbiskerne <i>(1 g)</i>	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Leinsamen, geschrotet <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Backpulver <i>(15 g)</i>	1	Packung	15 g
<input type="checkbox"/>	Vollständige Hühnereier (M) <i>(51 g)</i>	4	Stück	51 g
<input type="checkbox"/>	Wasser <i>(1 g)</i>	200	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Weißes Salz <i>(1 g)</i>	1	Gram	1 g