



## Low-Carb-Karotten-Muffins - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Gemahlene Mandeln</b> (10 g)	4	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gehackte Haselnüsse</b> (7 g)	3	Tee Löffel	7 g
<input type="checkbox"/>	<b>Streichfetter Frischkäse</b> (1 g)	25	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Vollständige Hühnereier (M)</b> (51 g)	1	Stück	51 g
<input type="checkbox"/>	<b>Karotte</b> (50 g)	1	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	<b>Vanille, gemahlen oder Vanillemark</b> (2 g)	0.5	Stück	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Erythrit</b> (5 g)	3	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Backpulver</b> (4 g)	1	Tee Löffel	4 g