



Schinken-Gurken-Sandwich - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Roggenvollkornbrot (30 g)	2	Scheibe Brot	30 g
<input type="checkbox"/>	Putenbrustschinken (15 g)	4	Portion	15 g
<input type="checkbox"/>	Butter (10 g)	1	Tee Löffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Gurke (35 g)	2	Stück	35 g
<input type="checkbox"/>	Griechischer Naturjoghurt (25 g)	1	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Weißes Salz (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Schwarzer Pfeffer (0.1 g)	1	Priese	0.1 g