



## Himbeer-Bananen-Omelett - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Vollständige Hühnereier (M)</b> (51 g)	1	Stück	51 g
<input type="checkbox"/>	<b>Buchweizenmehl</b> (1 g)	3	Esstlöffel	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Banane</b> (120 g)	1	Stück	120 g
<input type="checkbox"/>	<b>Himbeeren</b> (70 g)	1	Handvoll	70 g
<input type="checkbox"/>	<b>Griechischer Naturjoghurt</b> (25 g)	2	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> (5 g)	1	Tee Löffel	5 g