

Lachs mit Curryreis und Salat - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Lachsfilet <i>(200 g)</i>	1	Portion	200 g
<input type="checkbox"/>	Basmati-Langkornreis weiß <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Karotte <i>(50 g)</i>	1	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	Sauerkraut <i>(1 g)</i>	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Zitronat <i>(1 g)</i>	2	Scheibe	1 g
<input type="checkbox"/>	Weißes Salz <i>(0.1 g)</i>	2	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Schwarzer Pfeffer <i>(0.1 g)</i>	2	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Curry <i>(0.1 g)</i>	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Kurkuma <i>(0.5 g)</i>	1	Priese	0.5 g
<input type="checkbox"/>	Cashewnüsse <i>(12 g)</i>	1	Esslöffel	12 g