

Haferflocken mit Bananen und Nüssen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Banane (120 g)	1	Stück	120 g
<input type="checkbox"/>	Berg-Haferflocken (Schnellkochend) (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Griechischer Naturjoghurt (150 g)	1	Packung	150 g
<input type="checkbox"/>	Walnüsse 2 (4 g)	3	Stück	4 g
<input type="checkbox"/>	Zitronensaft (3 g)	1	Tee Löffel	3 g
<input type="checkbox"/>	Kokosraspel (6 g)	1	Esslöffel	6 g
<input type="checkbox"/>	Zimt (1 g)	1	Priese	1 g