



## Fischstäbchen mit Erbsen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Chinakohl, gedünstet (ohne Zugabe von Fett und Salz)</b> <i>(1 g)</i>	5	Stück	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tiefkühlerbsen</b> <i>(140 g)</i>	1.5	Glaß	140 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sauerrahm 30 %</b> <i>(10 ml)</i>	5	Esstlöffel	10 ml
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Zwiebel</b> <i>(80 g)</i>	1	Stück	80 g
<input type="checkbox"/>	<b>Butter</b> <i>(10 g)</i>	1	Tee Löffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Muskatnuss</b> <i>(0.2 g)</i>	1	Priese	0.2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> <i>(5 g)</i>	2	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzer Pfeffer</b> <i>(0.1 g)</i>	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> <i>(0.1 g)</i>	1	Priese	0.1 g