



Kräuter-Schweinefilet mit Gemüse und Vanillepudding - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Knochloses Schweinefilet (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Tomate (170 g)	2	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Rote Paprika (200 g)	1	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel (130 g)	1	Kleines Stück	130 g
<input type="checkbox"/>	Aubergine (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Knoblauch (5 g)	2	Zahn	5 g
<input type="checkbox"/>	Tomatenmark 30 % (15 g)	1	Tee Löffel	15 g
<input type="checkbox"/>	Olivenöl (5 g)	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Kuhmilch 3,2 % (1 ml)	150	Mililiter	1 ml
<input type="checkbox"/>	Mirabelle, gedünstet, abgetropft (ohne Zuckerzugabe) (1 g)	1	Esslöffel	1 g
<input type="checkbox"/>	Himbeeren (70 g)	1	Handvoll	70 g
<input type="checkbox"/>	Vanille, gemahlen oder Vanillemark (2 g)	1	Stück	2 g