



Rindergulasch mit Leber und Buchweizen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Rindergulasch (Oberschale) (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Kalbsleber (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Frische Champignons (20 g)	2	Stück	20 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel (130 g)	1	Kleines Stück	130 g
<input type="checkbox"/>	Rote Paprika (30 g)	2	Scheibe	30 g
<input type="checkbox"/>	Karotte (50 g)	0.5	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	Knoblauch (5 g)	1	Zahn	5 g
<input type="checkbox"/>	Buchweizengrütze (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Sonnenblumenkerne (1 g)	1	Esstlöffel	1 g
<input type="checkbox"/>	Vollständige Hühnereier (M) (51 g)	1	Stück	51 g
<input type="checkbox"/>	Naturjoghurt 2 % (25 g)	1	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Kaltgepresstes Rapsöl (10 ml)	1	Esstlöffel	10 ml
<input type="checkbox"/>	Tomatenmark 30 % (15 g)	1	Tee Löffel	15 g
<input type="checkbox"/>	Lorbeerblatt (1 g)	1	Blatt	1 g
<input type="checkbox"/>	Piment (1 g)	1	Korn	1 g



	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Edelsüße Paprika gemahlen (3 g)	1	Tee Löffel	3 g
<input type="checkbox"/>	Schwarzer Pfeffer (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Weißes Salz (0.1 g)	2	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Kartoffelmehl (6 g)	1	Tee Löffel	6 g