



Quesadilla mit Hähnchen und Gemüse - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Hähnchenbrustfilet (1 g)	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Mozzarella (1 g)	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Vollkorn-Weizentortilla (62 g)	4	Stück	62 g
<input type="checkbox"/>	Rote Paprika (200 g)	1	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	Dosenmais (1 g)	1	Dose	1 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Olivenöl (10 g)	2	Esslöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Butter (10 g)	2	Tee Löffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Knoblauch (5 g)	2	Zahn	5 g
<input type="checkbox"/>	Kreuzkümmel (Cumin) (0.08 g)	1	Tee Löffel	0.08 g
<input type="checkbox"/>	Edelsüße Paprika gemahlen (3 g)	1	Tee Löffel	3 g
<input type="checkbox"/>	Getrockneter Oregano (2 g)	0.5	Tee Löffel	2 g
<input type="checkbox"/>	Scharfer Paprika (gemahlen) (5 g)	0.5	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Gemahlener Chili-Pfeffer (4 g)	0.25	Stück	4 g