

Ryż z papryką i kurczakiem po berkasowemu - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Czerwona papryka (200 g)	2	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	Filet z piersi kurczaka (1 g)	2	Sztuka	1 g
<input type="checkbox"/>	Por (140 g)	1	Sztuka	140 g
<input type="checkbox"/>	Ryż brązowy długoziarnisty (10 g)	1	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Marchew (50 g)	2	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Olej rzepakowy tłoczony na zimno (10 ml)	2	Łyżka	10 ml
<input type="checkbox"/>	Sól himalajska (5 g)	0.25	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Suszony oregano (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Zioła prowansalskie (2 g)	0.3	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Rozmaryn suszony (2 g)	0.3	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Mielona papryka chili (4 g)	1	Sztuka	4 g