

Nuggetsy z płatkami kukurydzianymi - Składniki

| | NAZWA | ILOŚĆ | MIARA | CAŁKOWITA WAGA |
|--------------------------|--|-------|--------|----------------|
| <input type="checkbox"/> | Filet z piersi kurczaka (1 g) | 150 | Gram | 1 g |
| <input type="checkbox"/> | Całe jaja kurze (S) (43 g) | 1 | Sztuka | 43 g |
| <input type="checkbox"/> | Jogurt naturalny 2% (25 g) | 2 | Łyżka | 25 g |
| <input type="checkbox"/> | Bułka tarta (8 g) | 2 | Łyżka | 8 g |
| <input type="checkbox"/> | Płatki kukurydziane bezglutenowe (3 g) | 4 | Łyżka | 3 g |
| <input type="checkbox"/> | Czosnek (5 g) | 1 | Ząbek | 5 g |
| <input type="checkbox"/> | Sól biała (1 g) | 1 | Gram | 1 g |
| <input type="checkbox"/> | Pieprz czarny (1 g) | 1 | Gram | 1 g |
| <input type="checkbox"/> | Tymianek suszony (1 g) | 1 | Gram | 1 g |