



## Low Carb Chili Con Carne z Marchewką - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Mięso mielone wieprzowe</b> <i>(1 g)</i>	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pokrojone pomidory w puszcze</b> <i>(400 g)</i>	1	Puszka	400 g
<input type="checkbox"/>	<b>Czerwona fasola w puszkach</b> <i>(255 g)</i>	1	Puszka	255 g
<input type="checkbox"/>	<b>Cebula czerwona</b> <i>(80 g)</i>	2	Sztuka	80 g
<input type="checkbox"/>	<b>Czosnek</b> <i>(5 g)</i>	2	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Przecier pomidorowy 30%</b> <i>(25 g)</i>	2	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Masło klarowane</b> <i>(5 g)</i>	2	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Suszony oregano</b> <i>(2 g)</i>	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Majeranek suszony</b> <i>(2 g)</i>	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Estragon, suszony</b> <i>(2 g)</i>	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sól biała</b> <i>(0.1 g)</i>	2	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pieprz czarny</b> <i>(0.1 g)</i>	2	Szczypta	0.1 g