

Kaszotto z kaszy bulgur z białą fasolką, papryką, cukinią i szpinakiem - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Pomidory w puszcze (260 g)	1	Puszka	260 g
<input type="checkbox"/>	Biała fasola konserwowa (200 g)	1	Puszka	200 g
<input type="checkbox"/>	Bulion warzywny (1 ml)	250	Gram	1 ml
<input type="checkbox"/>	Czerwona papryka (200 g)	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	Cukinia (600 g)	0.33	Sztuka	600 g
<input type="checkbox"/>	Kasza bulgur (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Cebula (170 g)	0.5	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Szpinak świeży (25 g)	2	Garść	25 g
<input type="checkbox"/>	Masło (20 g)	1	Łyżka	20 g
<input type="checkbox"/>	Czosnek (5 g)	2	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (10 g)	1	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona (3 g)	2	Łyżeczka	3 g
<input type="checkbox"/>	Kmin rzymski (kumin) (0.08 g)	0.5	Łyżeczka	0.08 g
<input type="checkbox"/>	Kurkuma (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g