

# Jaglanka mit Banane, Amarant und Rosinen - Zutaten

---

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Kuhmilch 1,5 %</b> <i>(1 g)</i>	250	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Banane</b> <i>(120 g)</i>	1	Stück	120 g
<input type="checkbox"/>	<b>Hirseflocken</b> <i>(10 g)</i>	6	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rosinen</b> <i>(10 g)</i>	2	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Aufgepoppter Amarant</b> <i>(3 g)</i>	2	Esstlöffel	3 g
<input type="checkbox"/>	<b>Chiasamen</b> <i>(5 g)</i>	1	Tee Löffel	5 g

---