

Makaroni-Hähnchenfleischbällchen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Tomaten in der Dose <i>(1 g)</i>	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Vollkorn-Spaghetti <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Rinderhackfleisch <i>(1 g)</i>	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Ganze Hühnereier (S) <i>(43 g)</i>	1	Stück	43 g
<input type="checkbox"/>	Tomatenmark 30 % <i>(25 g)</i>	1	Esslöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Paniermehl <i>(8 g)</i>	2	Esslöffel	8 g
<input type="checkbox"/>	Kaltgepresstes Rapsöl <i>(1 ml)</i>	10	Gram	1 ml