



Hackbällchen mit Nudeln (leichtere Version) - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Tomaten in der Dose (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Rinderhackfleisch (1 g)	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Vollkorn-Spaghetti (1 g)	70	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Zwiebel (1 g)	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Ganze Hühnereier (S) (43 g)	1	Stück	43 g
<input type="checkbox"/>	Tomatenmark 30 % (25 g)	1	Esslöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Kaltgepresstes Rapsöl (1 ml)	5	Gram	1 ml