

Salat mit Mangold und Bohnen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Rote Bohnen (Dose) <i>(1 g)</i>	120	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Avocado <i>(140 g)</i>	1	Stück	140 g
<input type="checkbox"/>	Quinoa (Reismelde) <i>(1 g)</i>	56	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Grünkohl <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Frischer Spinat <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Cashewnüsse <i>(1 g)</i>	15	Gram	1 g
