



Sandwich mit Hummus, Truthahn und Tomate - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Tomate (170 g)	0.25	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Helles Roggenbrot (35 g)	1	Scheibe Brot	35 g
<input type="checkbox"/>	Natürlicher Hummus (20 g)	1	Esslöffel	20 g
<input type="checkbox"/>	Puten**schinken** 2 (13 g)	1	Scheibe	13 g