

# Hähnchen- und Zucchini-Puffer mit Paprika-Dip - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Zucchini</b> (600 g)	1	Stück	600 g
<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenbrustfleisch, ohne Haut</b> (1 g)	250	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Natürlicher Frischkäse homogenisiert, 0 % Fett</b> (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Paprika</b> (200 g)	0.5	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Karotte</b> (50 g)	2	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ganze Hühnereier (S)</b> (43 g)	1	Stück	43 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> (10 g)	3	Esslöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Haferkleie</b> (1 g)	21	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Getrockneter Oregano</b> (2 g)	1	Tee Löffel	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Getrocknetes Basilikum</b> (2 g)	1	Tee Löffel	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> (1 g)	1	Gram	1 g