



## Tortilla mit gebratenem Truthahn, Rucola, Tomate, Gewürzgurke und Paprika kalt serviert - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Vollkorn-Weizentortilla</b> (62 g)	1	Stück	62 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gebratene Putenbrust mit Haut</b> (15 g)	3	Scheibe	15 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Paprika</b> (30 g)	1	Scheibe	30 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rucola</b> (20 g)	1	Handvoll	20 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gekochtes Rindfleisch (Rinderschinken)</b> (15 g)	1	Esslöffel	15 g
<input type="checkbox"/>	<b>Leichte Mayonnaise</b> (25 g)	1	Esslöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Feine Gewürzgurken</b> (1 g)	1	Stück	1 g