



Reis mit Haselnüssen und Sesam - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Mandelgetränk (1 ml)	100	Mililiter	1 ml
<input type="checkbox"/>	Haselnüsse (1 g)	1	Tee Löffel	1 g
<input type="checkbox"/>	Sesamsamen (5 g)	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Leinsamen (5 g)	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Langkorn-Braunreis (10 g)	1	Esslöffel	10 g