

# Hähnchenbrust mit Chili und Bambussprossen - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Chilischoten</b> (20 g)	1	Stück	20 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ingwer</b> (1 g)	40	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Paprika</b> (200 g)	1	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenbrustfilet</b> (1 g)	1	Stück	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Bambussprossen</b> (1 g)	175	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Mungobohnenkeimlinge</b> (1 g)	350	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kokosöl</b> (10 g)	1	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomatenmark 30 %</b> (25 g)	1	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Dunkle Sojasauce</b> (10 g)	1	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Worcestershiresauce</b> (7 g)	1	Tee Löffel	7 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzer Pfeffer</b> (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schnittlauch</b> (5 g)	1	Esstlöffel	5 g