

Blumenkohl-Curry mit Karotten - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Karotte (50 g)	1	Stück	50 g
<input type="checkbox"/>	Blumenkohl (880 g)	1	Stück	880 g
<input type="checkbox"/>	Hähnchenbrustfilet (140 g)	1	Stück	140 g
<input type="checkbox"/>	Schalotte (Frühlingszwiebel) (20 g)	1	Stück	20 g
<input type="checkbox"/>	Gemüsebrühe (1 ml)	2000	Gram	1 ml
<input type="checkbox"/>	Olivenöl (10 g)	1	Esslöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Kokosmilch (1 g)	100	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Curry (10 g)	1	Esslöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Scharfer Paprika (gemahlen) (5 g)	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Weißes Salz (0.1 g)	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Schwarzer Pfeffer (0.1 g)	1	Priese	0.1 g