

Tortilla mit Hackfleisch und Käse - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Vollfetter Cheddar, gerieben (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Olivenöl (10 g)	1	Esstlöffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Rinderhackfleisch (1 g)	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Eisbergsalat (40 g)	1	Blatt	40 g
<input type="checkbox"/>	Avocado (140 g)	1	Stück	140 g
<input type="checkbox"/>	Tomate (170 g)	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	Griechischer Naturjoghurt (1 g)	150	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Edelsüße Paprika gemahlen (3 g)	1	Tee Löffel	3 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
<input type="checkbox"/>	Tabasco-Sauce (1 g)	1	Portion	1 g
<input type="checkbox"/>	Vollkorn-Weizentortilla (62 g)	2	Stück	62 g